Revista de la MUJER

Moda

Conjuntos en Azul y Blanco





19 de Octubre

Bendita tu Seas, Mamá

Curiosidades

EL EXTRAÑO JARDIN DE LOS SUPLICIOS

Servicios

EL YOGA, CAMINO A LA SUPERACION





Moldes

PRENDAS ALEGRES Y COLORIDAS PARA GRANDES Y CHICOS







Miss Universo estuvo en Buenos Aires. Durante tres días visitó los lugares más exquisitos y sofisticados de la ciudad, caminó por Florida (como lo muestra la foto) e hizo palpitar el corazón de muchos porteños, gracias a su belleza y simpatía.

La joven reina, que tiene solo 21 años, fue consagrada Miss Universo hace tres meses, en Seúl, Corea. Nació en Carolina del Sur (Estados Unidos) y no solo es buena deportista, sino también una aplicada estudiante de Comunicación y Televisión en la universidad, aunque ella misma manifestó que: "Mis obligaciones como Miss Universo me han hecho interrumpir mis estudios por este año. Desde hace tres meses estoy viviendo una nueva vida, ya que debo viajar por todo el mundo".

Shawn, que es rubia y de ojos celestes, tiene medidas perfectas (90-60-90) y viste con especial elegancia y sobriedad. Es amante del jazz, le encanta el zapateo americano y practica deportes, aunque un accidente ocurrido hace 7 años, cuando se lesionaron los ligamentos de sus dos piernas, le impide practicar salto en vallas, su especialidad preferida.

La bella joven llegó desde Uruguay —donde también realizó una pequeña gira— y su visita a Buenos Aires fue muy esperada. Para todos aquellos que quisieron conocerla, Shawn tuvo siempre una angelical sonrisa.



Un peinador argentino se consagró "Campeón Nacional del Peinado". El reconocimiento fue obtenido por Alberto Recalde en el Torneo Mundial del Peinado, versión femenina, que se realizó en Rotterdam, Holanda. En el evento se congregaron "coiffures" de todo el mundo y representantes de laboratorios cosmetológicos argentinos y extranjeros.

Viajaron Flavio Orsini, José Luis Garrote, Coty de Moreno, María Rosa Laise, Miguel Angel Martinucci y Mauricio Wachs, gerente de un laboratorio capitar cosmetológico argentino. El tour incluyó visitas a diversos países europeos, donde los profesionales argentinos se interiorizaron de técnicas y nuevos estilos. Además, participarán en el XX Festival de la Coiffure, en París y visitarán atelieres internacionales en otras capitales. Otra muestra de la capacidad y técnicas argentinas, que quedaron de manifiesto en el mundo de los más afamados peinadores.

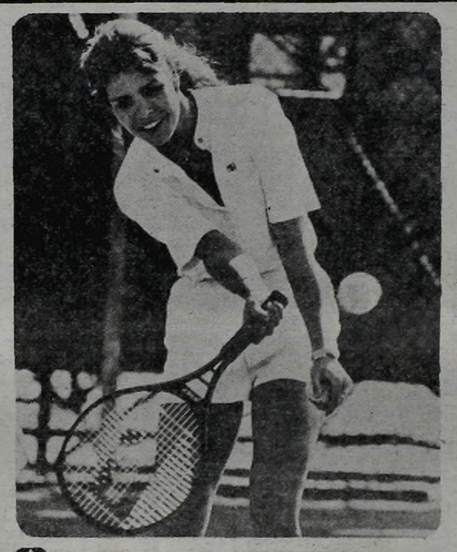


Cuando nace una nena surge la consabida pregunta: ¿le ponemos aros? Se oyen, entonces, voces de protesta por la tortura que significa perforar los lóbulos de un bebé. Las indecisiones se suceden ya que hasta ahora se consideró menos doloroso pasar por el trance de recién nacido que una vez adulto. Pero éste es hoy un problema del pasado. Ahora cualquier mujer adulta, en el momento que elija, puede utilizar un método indoloro y rápido para perforar sus orejas y lucir aros. Con una ventaja más: el sistema permite realizar más de una perforación. Con una pistola pequeña, en la que se introducen aritos especiales del calibre de la misma, se consigue en una décima de segundo la aplicación. Este sistema cuenta con una sustancia desinfectante que esteriliza el lóbulo una vez disparado el aro.

Una nueva manera de continuar siendo coquetas con métodos menos cruentos que aquellos que recurrían al corcho y a la aguja causando complicaciones ulteriores. Adiós a las molestias y a lucir bella con la cantidad de aros que elija. Los aros cuestan $ 45.000 y la aplicación es gratuita. En los siguientes comercios se pueden adquirir: **Marianela,** *Florida 946, local 26, Galería del Este;* **Paralelo 42,** *Santa Fe 1544 y* **Little Stone**, *Santiago del Estero 1740, Mar del Plata.*

Los kilitos de más son un problema para todos. Cada día se inventan dietas, ejercicios o trucos para eliminarlos y que dejen de obsesionar a hombres y mujeres. Pero la última novedad al respecto es realmente sorprendente. Se trata de una computadora portátil que programa la alimentación de cada persona según sus necesidades, su forma de vida y sus carencias vitamínicas o proteicas.

La pequeña calculadora está programada con cerca de mil alimentos y las necesidades diarias recomendadas de los distintos elementos nutritivos y de las calorías. Cada persona puede entregarle un cuestionario en el que se consignan las costumbres alimentarias, la actividad física desarrollada durante el día y las características somáticas. Con estos datos, la pequeña computadora analizará y evaluará el contenido nutritivo y calórico de la dieta a seguir. Pero esto no es todo. Además, se permite sugerir ciertos alimentos. Por ejemplo, si una persona tiene carencia de hierro en su alimentación, la calculadora le proporcionará una lista de comidas ricas en este mineral.



Carolina de Mónaco ha decidido, finalmente, divorciarse de Philippe Junot. El anuncio da forma a una noticia que venía circulando desde hace tiempo, entre versiones de posible reconciliación y frecuentes nuevas peleas.

El matrimonio Junot fue consagrado hace dos años, y en pocos momentos alcanzó verdadera felicidad. Las andanzas donjuanescas de Philippe —un acaudalado hombre de mundo francés, de 40 años— y el descontento de la familia real de Mónaco contribuyeron a llevar a la pareja a este triste final.

El pedido de divorcio, ocurrido 10 días después del último intento legal de reconciliación, disipó las dudas acerca de que Carolina pediría al Vaticano la anulación de su boda, por haber sido educada en ambientes profundamente católicos.

La separación fue anunciada hace dos meses, en un escueto comunicado del palacio, aunque mucho antes se sabía que las relaciones del matrimonio Junot no eran del todo buenas.

Carolina, de 23 años, era una estudiante de filosofía en la Universidad de la Sorbona, cuando conoció a Junot y decidió casarse con él.

Desde el momento en que se difundió la separación del matrimonio, ambos mantuvieron promocionados affaires. Carolina con Roberto Rossellini y Junot con una bella costarricense, a quien él insistió en llamar "secretaria privada". Ahora han vuelto a estar "libres".

Solo queda desearles más suerte, para otra vez.

Uno de cada siete matrimonios germanos se concretan a través de una agencia matrimonial. Tal la realidad de la actual Alemania occidental a nivel amoroso. Las razones de este profundo cambio en la concepción de una pareja se deben al avance de la sociedad industrializada. Así, al menos, lo afirma el antropólogo y profesor Juergens, quien cree que ahora falta tiempo para profundizar las amistades. "Los individuos pierden cada vez más contacto con la sociedad, se conoce demasiada gente".

El presidente de la Federación Nacional de Agencias Matrimoniales **que nuclea a más de 200 organismos dedicados a formar parejas, asegura que importantes y notables personalidades se valen de este medio para formar matrimonio.**

A todas luces, es un buen negocio, ya que cada agencia matrimonial se desenvuelve con un total de 560 millones de dólares anuales y la mayoría tiene una clientela que oscila entre los doscientos y quinientos candidatos. Claro que esta masiva afluencia de hombres y mujeres en procura de la felicidad no es tan nueva como aseguran sus propietarios, y la única culpable no es la sociedad en evolución industrial. Ya en 1738, más precisamente el 8 de julio de ese año, apareció un aviso clasificado en el diario alemán "Freg und Anzeigne Nachrichten" **que decía así:** "Señorita de buena familia busca doctor o abogado soltero, más bien alto y de aspecto esbelto".

Recupere la Elasticidad y Evite las Arrugas

Cada días las mujeres del mundo tenemos la posiblidad de mantener el aspecto terso y juvenil del rostro con nuevos aportes que la ciencia y la cosmetología ponen a nuestro servicio. Las tan temidas "patas de gallo" pueden ser detenidas a tiempo junto a prematuras arrugas. Dos elementos nacidos de la naturaleza, innovan en este campo. El "hialuronato" extraído del cordón umbilical de los bebés y el caviar, son los productos que se ponen al servicio de la belleza y la juventud de la mujer.

Periódicamente, los cosmetólogos, después de haber efectuado largos estudios, inventan nuevos productos, cada vez más perfeccionados.

En efecto, tal producto que ayer estaba de moda en la punta del progreso, está hoy, si no pasado de moda, por lo menos superado. Para vivir con su tiempo, es preciso saber lo que ofrecen las novedades y en qué pueden superar a los productos ya existentes.

Vivimos en una época en la que nada es definitivo, en que ningún valor puede considerarse como duradero. Cada vez se va más de prisa y éste es el mejor medio para estimular a los científicos e investigadores.



La legendaria actriz norteamericana Mae West ascendió al estrellato paralelamente al apogeo de Hollywood. Su rostro y su figura se mantuvieron inalterables por años y aún hoy cerca de los 90 se mantiene en "en estado"



¿POR QUE NO EN EL DOMINIO DE LA BELLEZA?

Si se quiere sacar provecho de los descubrimientos hechos en el dominio de los productos de belleza, hay que estar alerta, pero sin desconfiar por principio. Lo mejor es efectuar un test, aunque la primera vez no sea forzosamente concluyente.

En efecto, cada epidermis tiene necesidades diferentes y tolera o no un producto que conviene a la perfección a otro cutis. Aunque los productos de belleza sean actualmente antialérgicos, pueden provocar, sin embargo, una reacción en tal o cual persona.

Por consiguiente, es imposible juzgar antes de haber hecho un test una misma.

LAS NOVEDADES DE 1980

Habría que definir primero lo que puede llamarse así.

Cada año, los grandes fabricantes de productos de belleza renuevan todo lo que, en su gama de maquillaje, debe armonizar con los colores presentados por la alta costura y la confección. En realidad, no se trata de novedades en el propio sentido de la palabra.

En cambio, ciertos productos de tratamiento aportan un elemento inédito, gracias a los descubrimientos realizados por los químicos y los biólogos en todos los dominios. Si bien cada gran marca de productos de belleza posee su propio latoratorio de investigación, se aprovechan igualmente los trabajos efectuados por médicos (sobre todo dermatólogos) y los descubrimientos de otros sectores químicos diferentes.

Por ejemplo, el ácido hialurónico, llamado también "hialuronato", ha sido encontrado en... el cordón umbilical de los recién nacidos.

Y es esta substancia la que actualmente es utilizada para devolver la elasticidad a la epidermis.

Se había utilizado como lubrificante y protector en el curso de ciertas operaciones quirúrgicas y se pudieron comprobar entonces sus extraordinarias propiedades de elasticidad.

Pues bien, en el actual estado de la dermatología, se sabe que justamente esta disminución de la elasticidad provoca las arrugas.

Así nació el "Elastogel". Para aplicar el "hialuronato" en forma de producto de tratamiento, hubo que reforzarlo con ayuda de sustancias que puedan amalgamarse con él y que posean la misma solubilidad. Con proteínas y ciertas materias grasas de excepcional pureza, añadidas a cantidades perfectamente dosificadas (esta dosificación ha adquirido una importancia capital y se han necesitado numerosos y largos tests para definirla), se ha podido crear el "elastogel", basado en un producto realmente inédito.

Basta con aplicar unas gotas en el rostro y en el cuello, para devolver a la piel una parte de la elasticidad que había perdido.

El producto es inmediatamente absorbido y suaviza y recubre la epidermis con una película invisible que posee el poder de retener el agua.

Para los cutis muy secos, el mismo producto se utiliza en forma de crema.

EL CAVIAR CONTRA LAS OJERAS

La piel de los párpados y del contorno de los ojos es particularmente delicada y se arruga muy fácilmente.

Las inestéticas "patas de gallo" son con frecuencia consecuencia de una vista deficiente. (Las mujeres miopes, que cierran ligeramente los ojos para ver mejor, o las que llevan gafas de sol en cualquier sitio, suelen tenerlas). Ciertas arrugas de expresión que se forman y se van grabando poco a poco, cada vez que se ríe, envejecen mucho a la que sufre de ellas.

Este nuevo cosmético a base de oligoelementos contenidos en el caviar, ofrece la posibilidad de mejorar o atenuar las patas de gallo, las ojeras y las arrugas. Unas células embrionarias se añaden a los elementos extraídos del caviar (fresco en el momento de su utilización) en laboratorio, y todo ello, incorporado a un excipiente apropiado, forma un gel que se aplica delicadamente, con las yemas de los dedos, en la piel del contorno de los ojos.

La epidermis se descongestiona y no "tira", favoreciendo una acción local reforzada del gel.

Estos dos productos son, pues, novedades en el mejor sentido de la palabra, puesto que "dan algo más..."



LOS PLACERES DE LA MESA



El próximo domingo se celebra, una vez más, el Día de la Madre. A preparar este menú especial para que la familia en pleno festeje tan grato y feliz suceso.

PELUSA MOLINA



Gateau Sorpresa

INGREDIENTES

1 bizcochuelo de 6 huevos; 1 lata de duraznos en almíbar; 1 copita de ron o coñac; ½ litro de leche hervida caliente; 200 gr. de azúcar molida; 50 gr. de harina tamizada; 2 yemas, 1 huevo; 1 cucharadita de esencia de vainilla; merengue italiano de 5 claras para cubrir; confites plateados para adornar.

****

PREPARACION

****

Preparar una crema pastelera colocando en una cacerola el azúcar y la harina; mezclar con cuchara de madera y agregar de a una las yemas y el huevo batiendo hasta que esté todo unido. Añadir la leche caliente pero no hirviendo, primero de a gotas y luego en forma de hilo revolviendo continuamente para que no se agrume. Colocar la cacerola sobre el fuego lento, revolviendo siempre y raspando bien el fondo para evitar que se pegue. Hervir 2 a 3 minutos sin dejar de revolver. Retirar del fuego y revolver hasta entibiar. Agregar la esencia. Mientras se enfría totalmente la crema pastelera, cortar este bizcochuelo (conviene prepararlo uno ó dos días antes) una capa de unos 1½ cm. aproximadamente y reservar.

Con un cuchillo dentado ahuecar lo más posible la torta, dejándole el piso para que no se desarme, reservar las migas.

Colar los duraznos en un tazón. Agregar al almíbar de la lata el ron o coñac y con un pincel mojar el bizcochuelo ahuecado. Reservar tres o cuatro mitades de duraznos para decorar y el resto picarlo. Agregar los duraznos picados a la crema pastelera fría y mezclar bien. Rellenar el bizcochuelo colocando en primer lugar una capa abundante de crema pastelera con los duraznos, luego una capa de las migas que se quitaron en primer término y remojar con el almíbar. Proceder así hasta terminar todos los ingredientes, emparejar bien y colocar la tapa que se retiró al comienzo y que se reservara.

Colocar el merengue en manga con boquilla grande rizada y cubrir totalmente la torta (ver foto). Terminar la decoración con las mitades de duraznos reservadas recortadas con cortapastas en forma de flor y completar con los confites plateados. Mantener al frío hasta el momento de servir.

●

NOTA: Si se desea puede reemplazarse la cubierta de merengue por crema chantilly. También se sugiere reemplazar los duraznos por cualquier fruta en almíbar o frutillas o ananá frescos.

Pollo a la Crema de Choclo

INGREDIENTES (para 6 porciones)

1 pollo grande trozado; 4 cucharadas de aceite; 1 lata de choclo cremoso; ½ taza de ciruelas pasas descarozadas cortadas; 50 gr. de manteca; 2 cucharadas de harina tamizada; ½ litro de leche hervida caliente; 1 cucharadita de conserva de tomates; 2 huevos; 3 cucharadas de queso tipo Gruyére rallado; sal, pimienta y nuez moscada.

****

PREPARACION

****

Lavar y secar bien las presas de pollo y freírlas en una cacerola con el aceite hasta dorarlas muy bien. Sazonarlas con sal y pimienta. Agregar al pollo la lata de choclo con su líquido y las ciruelas, tapar y cocinar durante unos 20 minutos a fuego moderado.

Mientras tanto preparar una salsa Bechamel: derretir en una cacerolita la manteca, retirarla del calor, añadir la harina y volver a ponerla a fuego moderado revolviendo con cuchara de madera hasta que la preparación burbujee. Retirar nuevamente y verter de a poco la leche caliente revolviendo continuamente para que no se formen grumos. Añadir la conserva y volver al fuego mientras se sigue revolviendo con la cuchara de madera hasta que la salsa hierva unos segundos. Sazonar con sal, pimienta y nuez moscada. Retirar del calor.

Separar las yemas de las claras y batirlas por separado. Las claras deben tomar punto nieve. Agregar las yemas a la salsa y luego incorporar con cuidado las claras a nieve con un movimiento envolvente. Colocar el pollo con la salsa de choclos en una fuente honda para horno y cubrir con la salsa preparada. Esparcir encima el queso rallado y gratinar en horno fuerte.

Copa Primavera

INGREDIENTES (para 6 porciones)

2 manzanas verdes; 2 peras; 1 lata grande de palmitos; 200 gr. de jamón cortado en una sola tajada; jugo de limón; corazón de apio; salsa golf; sal, pimienta; aceitunas negras para decorar.

****

PREPARACION

****

Pelar las manzanas y las peras y cortarlas en cubitos chiquitos; rociarlas con el jugo de limón. Escurrir bien el líquido de los palmitos y reservar algunos enteros; el resto cortarlos en rodajitas y agregarlos a las manzanas y las peras; incorporar el corazón de apio picadito, condimentar con sal y pimienta y mezclar bien.

Cortar el jamón en bastoncitos chicos y mezclar a la preparación anterior; ligar todo con salsa golf y disponer en pomeleras o marisqueras. Decorar con los palmitos reservados, un copo de salsa golf y las aceitunas negras. Mantener al frío hasta el momento de servir.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

...un "Drink" Para Mamá...

INGREDIENTES (para 1 copa)

1 medida de Dubonnet (40 cm3); ½ limón exprimido; 1 rodaja de limón. 1 cereza al marraschino; cantidad necesaria de agua tónica; hielo granizado.

****

PREPARACION

****

En un vaso apropiado para trago largo colocar el hielo hasta la mitad. Verter el Dubonnet y el jugo de limón. Completar con el agua tónica y presentar con la rodaja de limón y la cereza pinchada con un palillo de color.

PECADORES EN EL JARDIN DE LOS SUPLICIOS INFERNALES

"El jardín de los suplicios del Infierno", caótica creación de un monje budista enclavado en una región cercana a Bangkok, en Thailandia, es lugar elegido para meditación de los creyentes y singular motivo de atracción para turistas llegados desde todos los confines del mundo. Las visiones dantescas han sido modeladas en cuatro estilos: hindú, thai, laosiano y chino.





En las lejanas tierras de Thailandia existe un singular jardín que permite a viajeros y peregrinos de todo el mundo, conocer las formas de vida de los budistas.

Levantado hace ya muchos años, el famoso "Jardín de las torturas", atrae a cuanto visitante llega, *por el realismo casi* sádico que emana de él.

Wat Pailongue —así se llama el jardín en cuestión— fue creado por un budista, hoy venerado como un santo. Quienes han paseado por sus callejuelas, afirman que seguramente se inspiró en una terrible pesadilla fantástica para plasmarlo. Y no se equivocan demasiado.

UN VIAJE EN BOTE

El solo hecho de llegar a Wat Pailongue *es una real* aventura. Hay que salir en bote desde Bangkok, y luego de unas horas de navegar por un estrecho río, comienzan a dibujarse en el horizonte las primeras figuras que se exhiben en el jardín.

Al principio, el visitante no descubre ningún elemento demasiado extraño. Las escenas de las vidas de los budistas se suceden una tras otra, en forma de alegorías. Todos los estilos están contemplados: hindú, thai, laosiano, chino.

La gente queda deslumbrada. Son figuras grandes, casi toscas. Pero tanto para occidentales como orientales, *el jardín* es punto de reunión. Mientras los primeros no llegan a comprender del todo cada una de las escenas, los segundos pueden sumergirse con facilidad en el ansiado mundo místico que buscan, recorriendo el mundo como peregrinos. Justamente, en este último sentido, el budista Bonze Luang Pakom —creador del jardín -museo— había vislumbrado que su obra sería punto de reunión de gran cantidad de hermanos.

No todas las esculturas están debidamente finalizadas, pero las que hay bastan para representar las partes habituales de la vida budista. Porque unos metros más allá, empieza el verdadero infierno . . .

LOS ESPIRITUS DEL MAL

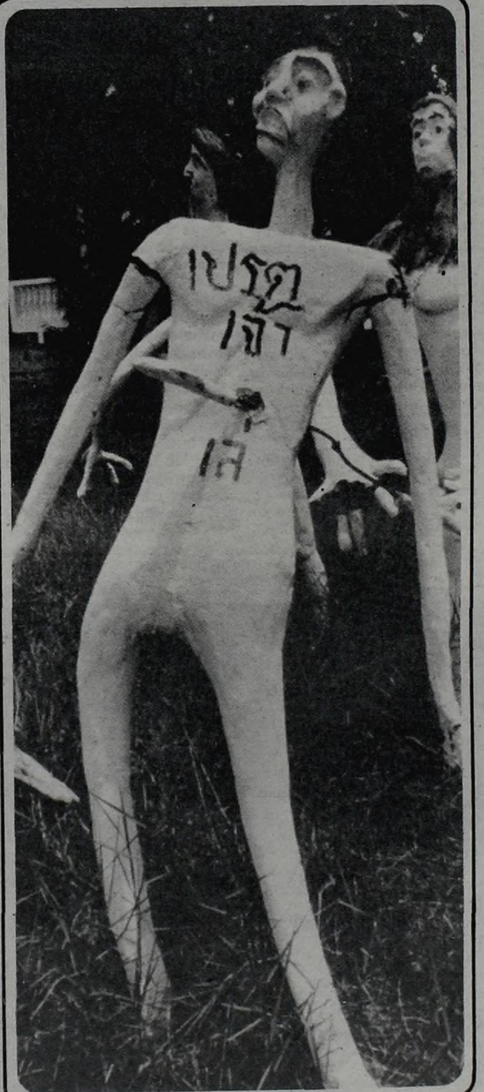
Cuando el turista se ha dejado deslumbrar con la fantástica vista que hay delante de sus ojos, es invitado a seguir caminando. El jardín no termina allí. Queda aún un sector importante por recorrer. Y entonces aparece la otra cara de la moneda: la versión budista del Infierno.

Se levanta de improvisto un enorme campo, poblado de monstruos blancos y negros, deformados y lúgubres. Algunos representan escenas de alevosas torturas, otros parecen sangrar de sus costados. También hay varios juntos, luchando ferozmente.

Las figuras blancas hacen pensar en que lo que se quiso representar eran extranjeros, pero no es así. Las figuras níveas son los mismos thailandeses que se han vuelto de ese color luego de morir, al convertirse en espíritus. No debe trabajarse demasiado para conseguir ser un espíritu. Basta no haber cumplido con una vida sana, para ser penado con terribles castigos al morir.

Y el jardín pasa a convertirse entonces en el método más realista de advertencia: allí cada uno sabe qué le espera luego de expirar. Para muchos thailandeses la existencia de los espíritus es tan real, que subordinan sus acciones a las amenazas del Infierno.

Para los budistas, la muerte es solo un estado transitorio que permitirá —o no— llegar a un estado casi beatífico, llamado Nirvana. Si se han cometido pecados, deberán expiarse. Pero si finalmente alguien no es perdonado, se lo hace descender ya muerto al mundo de los infiernos, y es allí donde obtiene su carnet de espíritu demoníaco y malvado. Los buenos, en cambio, son enviados al Cielo. Pero para ellos no hay ningún jardín.



APARECEN LOS ESPIRITUS

Al no reencarnarse como ser humano o animal, el *muerto se transforma en espíritu*. Y también existe una rigurosa clasificación entre ellos, que los diferencia y determina asi mismo, cuánto miedo hay que tenerles.

El primero es el **"Phi Lock"**, o espíritu de la muerte. Escapa del cuerpo en los últimos momentos de la vida, y vive en ruinosas y desérticas casas. Camina durante las noches, apareciéndose entre las camas. En el jardín, está representado junto al espíritu **"Pret"**. Pret es alto, de color blanco intenso, está *completamente desnudo y tiene un* cuello larguísimo. Su cuerpo está poblado de lastimaduras y heridas que sangran. De sus labios finos salen oscuros sonidos, semejantes a silbidos muy estridentes.

Si se sigue caminando, puede encontrarse a los **"Phi Tai Long"** que son los espíritus de bebés abortados. Siguen, como en una galería, el **"Phi Ka Hang"**, que es la sombra de un hombre con alas y cola de pájaro; el **"Phi Tai Ha"**, fantasmas de aquellos que murieron de cólera; el **"Phil Pong Klang"**, espíritu que asemeja a un vampiro que habita en la jungla, y su compañero —casi primo hermano — **"Phi Pa"**, también demonio de la selva que causa disentería.

Para el final, está reservado el espíritu más terrible y atemorizador. Su nombre es **"Phi Am"**, y se lo conoce muy bien porque suele aparecerse de noche, en pesadillas. Se sienta sobre el pecho de la persona, y le hace escuchar extraños gritos desarticulados.

Mientras los occidentales que han recorrido el jardín, comienzan a creer que las torturas de la Edad Media no eran demasiado duras, el guía anuncia la partida desde Wat Pailongue. Los turistas suspiran tranquilizados. Luego de revisar el bote, para no llevarse ningún espíritu, emprenden nuevamente la marcha a Bangkok.

Vivir el día m

Con silencios mudos de misterio, risitas sospechosas, salidas furtivas o compras de objetos no usuales, los chicos preparan una sorpresa. En la escuela o en casa, con la complicidad de maestras, padres y abuelos, dedican algunas horas diarias a preparar un regalo para mamá. Desde un espejito adornado con semillitas de colores, pasando por un colorido y brillante collage de papel glacé hasta una cartera, un lápiz labial o un vestido y la infaltable presencia de la naturaleza en una flor que simbolice un recuerdo.

El tercer domingo de octubre, es el Día de la Madre, una fecha elegida al azar o por algún ignoto motivo que se perdió en el tiempo, es el elemento para que grandes y chicos se reúnan ante la mesa familiar y agasajen con ternura a mamá y también a la abuela.

Cientos de estatuas se ven ornamentadas de flores este día y asisten inmóviles a sendos discursos que veneran la figura femenina transformada en madre a través de los tiempos y las civilizaciones. El recuerdo se prolonga en cementerios donde yacen inolvidables las madres ausentes.

Un día de risas y llantos, de reflexiones y gestos espontáneos que reflejan el amor que cada uno de nosotros siente por aquella que le dio la vida. Innumerables poetas cantaron su vigilia, sus esperanzas, su amor incondicional, su férrea capacidad de lucha en pro de sus hijos. Año a año se renuevan las palabras que la ennoblecen y exaltan como si fuera éste el único día que merece ser atendida, agasajada o por lo menos tenida en cuenta.

EL AMOR EN EL HIJO

Con el escepticismo que lo caracterizó, el filósofo alemán Federico Nietzsche dijo que **"la madre más que amar al hijo, se ama en el hijo".** Y quizás esta parábola refleja una realidad imposible de medir, el amor maternal. Sacrificios, luchas, momentos de infelicidad y pena son constantes en el diario devenir en pro de construir una vida, de crecer junto al ser amado, de convertirlo en persona, de palpar la vida y el mundo a través de sus ojos.

Es inútil intentar medir un sentimiento que crece y se agiganta vertiginosamente ante el peligro y que se vuelve vulnerable ante una actitud tierna del hijo. Simbolizar el amor hacia la madre en una fecha de almanaque o perpetuar su memoria en un rostro inventado de una estatua no basta para homenajearla. Solo la vivencia cotidiana, la sonrisa inesperada, un abrazo a tiempo o el primer balbuceo que llama a **"mamá"** son gratificaciones que tienen la misma medida de su amor: **el reconocimiento del hijo.**

MADRES HEROICAS

Ante el peligro inminente, millones de mujeres demostraron hasta dónde llega su amor maternal ofrendando su propia vida en pro de sus hijos. Una amenaza fortuita condujo a muchas mujeres a dar su propia vida para salvar la de los seres que engendraron. Algunas se perdieron en el anonimato, otras fueron noticia en una crónica periodística y todas quedaron únicamente en el recuerdo de sus hijos, testimonios vivientes de esa entrega desmedida, ejemplar.

Una mujer de 23 años, **Martha Corard de Rodríguez,** residente en Pergamino, sintió molestias durante su primer embarazo, el diagnóstico médico fue determinante: fiebre hemorrágica. El peligro acechaba a madre e hijo. Los vecinos del lugar se hicieron eco del angustioso llamado de los médicos e hicieron interminables colas frente al hospital. Ciento cinco personas dieron su sangre para que Martha pudiera seguir adelante con su gestación. La decisión estaba en manos del destino pero la voluntad de esta joven mujer se impuso hasta el momento del parto. Dio a luz un varón sano, aislado de la cruel enfermedad que momentos después le impidió seguir compartiendo su vida junto a Sergio Osvaldo, un niño que hoy tiene 11 años y el imborrable recuerdo de una madre fuerte y valiente y de la solidaridad de cuantos lucharon para ayudarla a salvar su vida.

En el modesto pueblo de Chilcalyo, localidad situada a 760 kilómetros de Lima, Perú, **Purificación Chilcón Castillo,** de 35 años, caminaba por una pradera junto a sus hijos Alfredo de 5 años y Natalia de 6. Ella estaba embarazada por tercera vez. Cruzaron 10 kilómetros entre toros y vacas que fueron avanzando hacia el grupo golpeando sus pezuñas en el suelo.

La mujer advirtió el enfurecimiento del ganado y sin dudarlo a pesar de su estado, corrió violentamente para enfrentar a dos toros que se lanzaban sobre los niños. Consiguió ahuyentarlos pero recibió una feroz cornada en el vientre. A pesar de la hemorragia, recorrió nuevamente los 10 kilómetros que la separaban de su humilde vivienda con ambos niños atemorizados aferrados a sus brazos. El episodio fue registrado por la prensa en el momento de ser noticia, luego pasaron al olvido su estado y su proeza.

Flor Fica dé Díaz, una chilena, habitante de Puerto Montt, vivía con su marido y los siete hijos del matrimonio en una de las tantas casas de madera características de la zona. Inesperadamente, mientras algunos de los niños duermen, comienza un incendio que se extiende vertiginosamente por todos los cuartos.

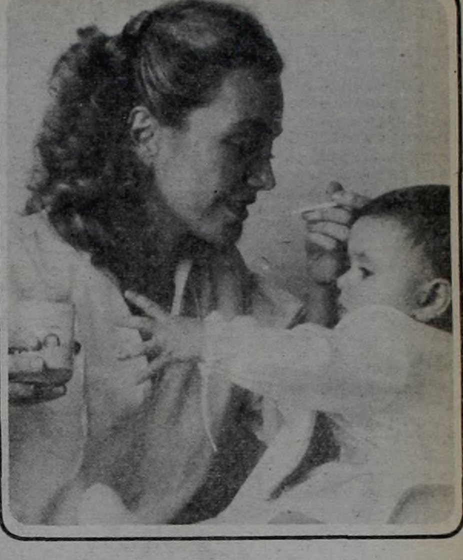
La casa confortable se convierte en hoguera en pocos minutos, los vecinos consternados ante el episodio se agolpan frente a la puerta admirando a Flor, quien comienza a buscar a sus hijos. Uno a uno son puestos a salvo de las llamas los siete niños y una empleada doméstica. Con el último salvataje sus fuerzas la abandonan y muere asfixiada.

Otra mujer americana se convirtió en heroína al salvar a sus pequeños hijos de una feroz embestida de un toro salvaje. **Hermenegilda Olviera,** madre de dos niños de 5



a más Lindo del año





y 8 años, habitante de Huaro, Perú, lavaba la ropa junto al río Vilcanota acompañada de sus hijos. Mientras los pequeños jugaban vio cómo un toro avanzaba hacia ellos. Sin indecisión se interpuso en su arremetida y fue sacrificada por el animal que una vez satisfecho se retiró dejando a los niños.

Los ejemplos se suceden. **Adelina Ortega de López** es una humilde mujer pampeana, madre de seis hijos. Mientras todos disfrutan la siesta, ella se dedica a los quehaceres de la casa hasta que inesperadamente brota fuego en el rancho. Toma a dos de los niños y los saca, luego vuelve a entrar y salva a otro de los chicos, las fuerzas le flaquean, pero ingresa nuevamente para rescatar al bebé de dos meses. En ese momento, el rancho se desploma y muere con el último de sus hijos. Es otra abnegada madre que en un supremo esfuerzo arriesga su vida para salvar la de su prole.

El fuego puso a prueba a otra joven de 25 años que sin vacilaciones rescató de las llamas a tres de sus hijos. En "Villa Humito", barrio de "San Agustín", en Paraná, Entre Ríos, se produjo un incendio mientras **María Cristina Quiroga** cocinaba para los niños de dos, tres y cuatro años que jugaban indiferentes a la tragedia. Primero salvó al más pequeño, luego se cubrió con una bolsa de arpillera mojada y reingresó al tormento de las llamas para sacar a otros de los chicos, y lo intentó por tercera vez a pesar del humo y las llamas.

Una vez lograda la hazaña se desvaneció, y al recuperarse solo preguntó por sus hijos.

LA ABNEGACION Y EL SACRIFICIO

Una mujer que ni siquiera figura con su nombre en la crónica periodística dedicó su vida, desde los 22 años, a criar a sus dos hijos luego de una viudez inesperada. El trabajo en una fábrica, los quehaceres domésticos y la máquina de coser fueron sus compañeros únicos durante el crecimiento de los niños. Una vez recibidos, él de profesor y ella de maestra, buscó trabajo para ellos. Renunció a su propia felicidad, a rehacer el amor edificando únicamente un futuro para sus hijos.

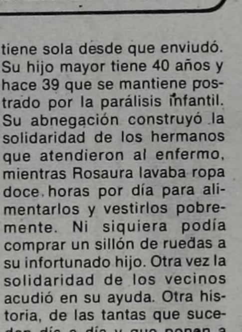
Otra, que tal vez quede en el recuerdo, es una de las turistas que navegaban en el lago Nahuel Huapi en enero de 1972. Cuando la embarcación se incendió, los pasajeros se arrojaron al agua y perecieron por el frío. Sin embargo, una mujer, madre de tres niños muy pequeños no se dejó abatir por las circunstancias. Tomó a uno de los niños y nadó hasta la costa, regresó y buscó a otro de los hijos, y lo puso a salvo. Ya nada pudo hacer por el tercero porque, exhausta, fue vencida por el oleaje.

Una mujer de campo, de Villaguay, Entre Ríos, atacó ferozmente a una víbora yarará de dos metros que había mordido a su hijo de cuatro años. Una vez muerto el animal, montó en pelo a un caballo y partió como una flecha en búsqueda de un centro asistencial para proteger la vida de su hijo. Su desesperación y la angustia frente a la muerte del hijo la convirtieron en otra heroína ignota.

Los peligros acechan en el campo o la ciudad con particulares características. En una esquina de la capital mendocina un vehículo chocado por una camioneta se abalanzó sobre un cochecito de bebé. La madre vislumbró la situación e inmediatamente socorrió a la criatura poniéndola a salvo. Ella sufrió hematomas y traumatismos, pero su hijo no fue dañado. Otro nombre que no importa consignar, pero sí el hecho protagonizado por un sentimiento inconmensurable.

Decíamos que inmóviles estatuas asisten anualmente a sendos homenajes en los que quizá se olvidan consignar estos hechos que demuestran ***el amor, la ternura, el don de entrega y generosidad de una mujer.*** Hubo una que se convirtió en estatua para salvar a su hijita de una muerte espantosa. En octubre de 1969, se produjeron innumerables víctimas a causa de las inundaciones de México. **Margarita García** vivía cerca de la ciudad y fue sorprendida por un torrente de barro que avanzaba cubriendo calles, caminos, huertas y casas. Ante la imposibilidad de la huida, Margarita alzó a su niño y se quedó inmóvil con los brazos en alto, muriendo con espantosos sufrimientos, pero salvando a su pequeña hija. Así quedó en el recuerdo, como una estatua de barro, petrificada ante la muerte que no la venció, porque no le entregó su valor más preciado.

Rosaura de Rivero, tampoco se entregó a la fatalidad. La poliomielitis atacó a uno de sus 10 hijos, a los que man-



tiene sola desde que enviudó. Su hijo mayor tiene 40 años y hace 39 que se mantiene postrado por la parálisis infantil. Su abnegación construyó la solidaridad de los hermanos que atendieron al enfermo, mientras Rosaura lavaba ropa doce horas por día para alimentarlos y vestirlos pobremente. Ni siquiera podía comprar un sillón de ruedas a su infortunado hijo. Otra vez la solidaridad de los vecinos acudió en su ayuda. Otra historia, de las tantas que suceden día a día y que ponen a prueba la capacidad de entrega, sacrificio y abnegación de una madre.



MADRES PROLIFICAS

Dos hermanas formoseñas fueron noticia por sumar entre ambas 36 hijos. **Clementina Macaró de Soto** tuvo 22 hijos, mientras que **María Magdalena Macaró de Buenaventura Velázquez** fue madre de 14. Ambas viven en **"Las Limitas"**, una localidad distante 70 kilómetros de Resistencia. Con escasísimos sueldos, que los salarios familiares los superan ampliamente, se mantienen ambas familias. Los chicos ayudan a medida que crecen. Sin embargo, la felicidad no está ausente en las precarias viviendas donde los chicos crecen sanos física y mentalmente, porque sus respectivas madres los alimentan diariamente con esfuerzo y amor.

LAS MADRES DE HOY

Otras historias, menos cruentas quizás, menos heroicas frente a los hechos, continúan alimentando la vida de la humanidad. La mujer actual, que trabaja y atiende su hogar es también una heroína cotidiana. Su diaria lucha entre la tarea fuera del ámbito hogareño —donde debe enfrentar problemas ajenos a sus sentimientos e inquietudes la alejan en horarios y tiempo de la crianza de sus hijos. La necesidad económica, el trabajo profesional necesario para crecer junto a los hijos no la demitifican, sin embargo, como madre. Su actitud ambivalente es tan dura y sacrificada como silenciosa. Por un lado una profesión la absorbe y le impide manifestar o exteriorizar sus problemas y necesidades respecto a sus hijos.

Por el otro, los niños reclaman más tiempo de dedicación y como un tercer factor aparece la necesidad de abastecer la familia a través de las compras, la atención del hogar y el cuidado de mínimos detalles que permiten el funcionamiento de una casa.

Entre ambos andariveles, se debate la mujer de hoy que tiene hijos. Las plazas se colman los domingos con sol de madres ansiosas de recuperar tiempo perdido. El tiempo se *ordena*, se distribuye, se agenda, para poder participar de juegos, sueños, y del esparcimiento de cada uno de los hijos, que crece entre el aislamiento diario de ocho o más horas de trabajo en fábricas, escuelas, hospitales u oficinas, y —unas menos— en que una mamá cansada planifica el tiempo para escuchar a los adolescentes o compartir el juego de los más chiquitos. Las horas de la noche no gratifican con el sueño necesario para recobrar fuerzas.

El planchado, el lavado, la costura o el trabajo en casa se hace mientras los niños duermen. Al despertar, éstos encontrarán nuevamente un rostro que les sonreirá con el desayuno listo para partir hacia las obligaciones del día. Esta también es una actitud que merece calificarse de **heroica, abnegada y sacrificada.** Pero que, sin embargo, ninguna mujer esgrime como cartel; simplemente la vive, disfrutando los pequeños instantes de reunión con sus seres queridos.

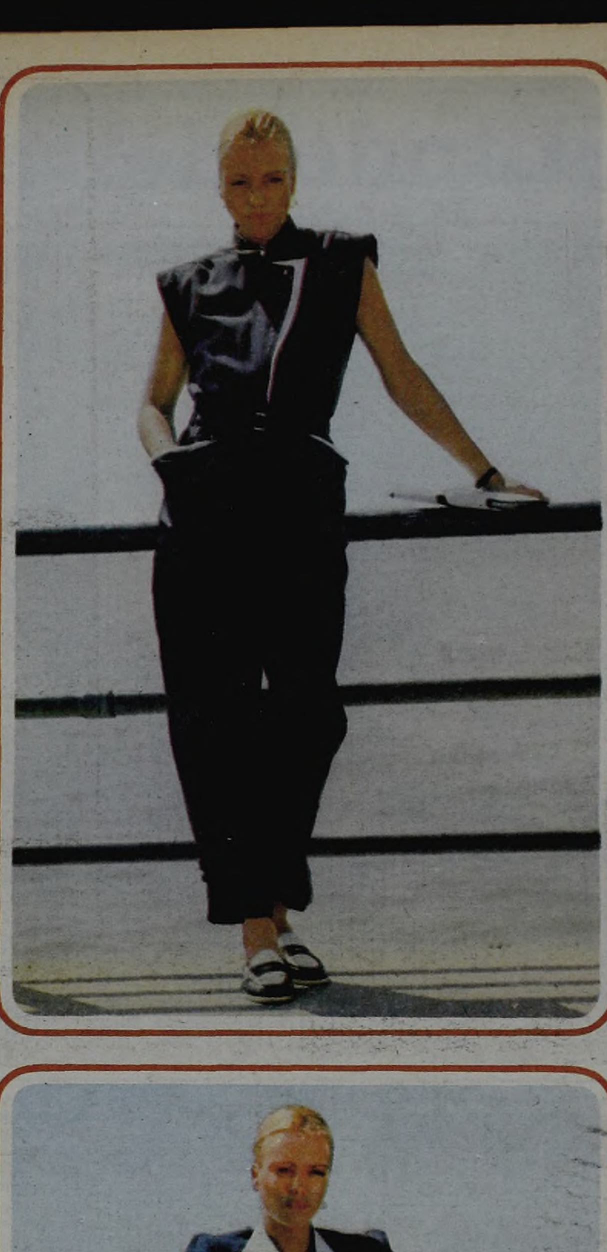
Un nuevo domingo de octubre transcurrirá entre regalos, *sonrisas y recuerdos.* Una nueva fecha registra la existencia de una mujer como algo más: **como madre** con la humildad y el orgullo de la tarea cumplida con amor. **O con el conocimiento de saber que tiene entre sus manos la salvación del mundo,** como dijera el escritor ruso León Tolstoi.

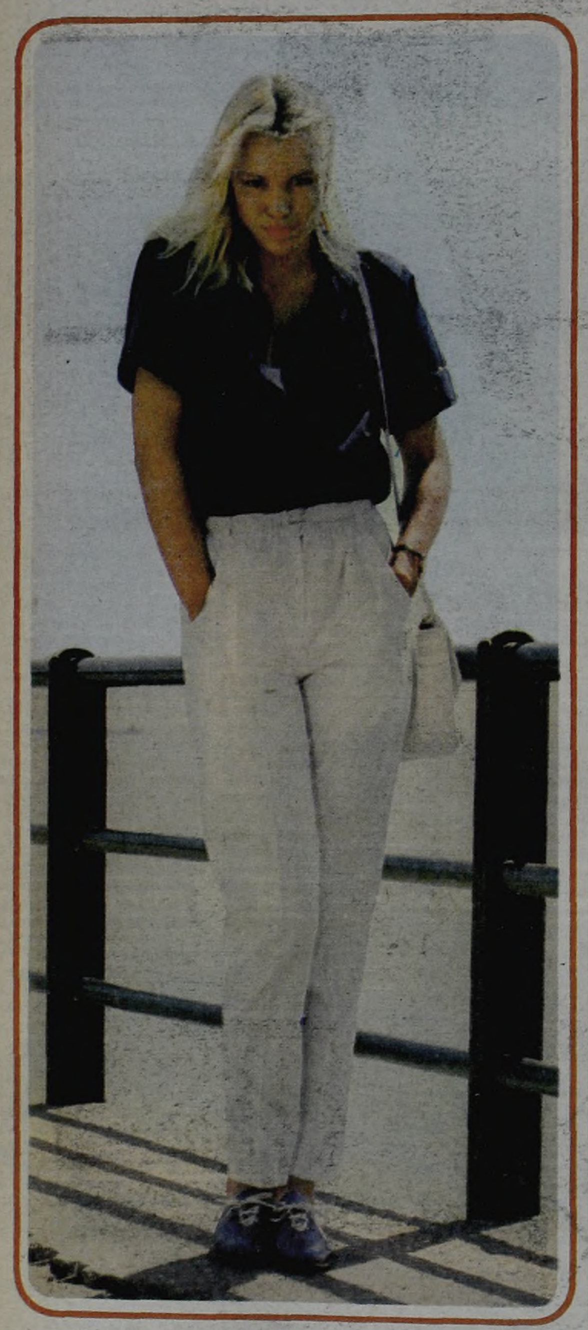
Azul y Blanco ¡Al Agua!

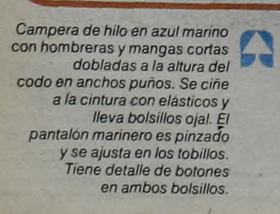
Direcciones: Diseños: Beatriz Secco para "Paprika", Warnes 87.
Zapatos y carteras: "Taco's Shoes", Canning 2524.
Producción: Graciela Zito.

Para una tarde al río el enterito de piqué combinado en azul marino y blanco. Prende en la delantera con solapa en diagonal y lleva bolsillos al frente con el mismo vivo en blanco. Tiene presillas en botamangas.

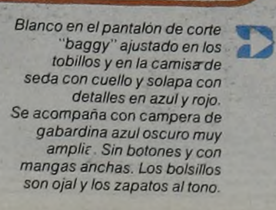




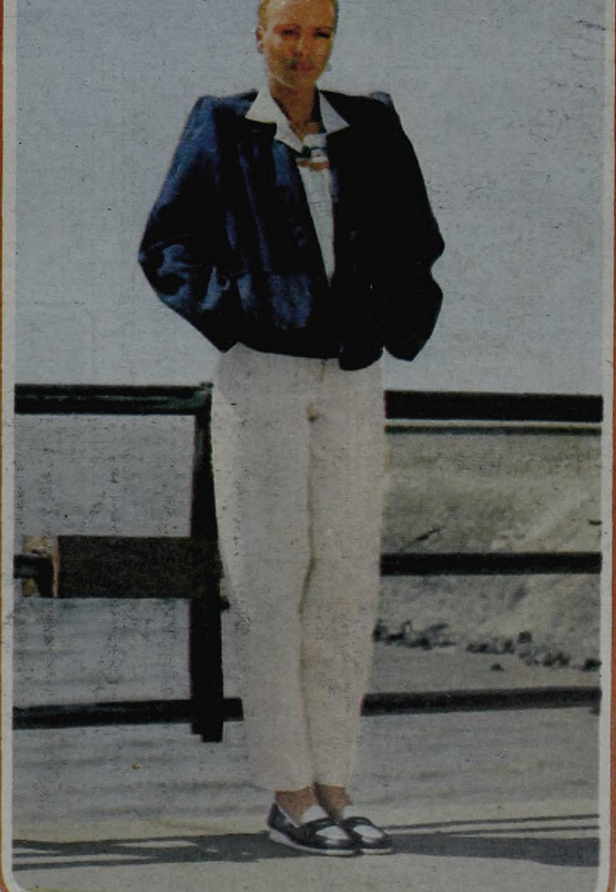


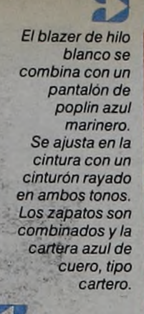


Campera de hilo en azul marino con hombreras y mangas cortas dobladas a la altura del codo en anchos puños. Se ciñe a la cintura con elásticos y lleva bolsillos ojal. El pantalón marinero es pinzado y se ajusta en los tobillos. Tiene detalle de botones en ambos bolsillos.



Blanco en el pantalón de corte "baggy" ajustado en los tobillos y en la camisa de seda con cuello y solapa con detalles en azul y rojo. Se acompaña con campera de gabardina azul oscuro muy amplia. Sin botones y con mangas anchas. Los bolsillos son ojal y los zapatos al tono.





El blazer de hilo blanco se combina con un pantalón de poplin azul marinero. Se ajusta en la cintura con un cinturón rayado en ambos tonos. Los zapatos son combinados y la cartera azul de cuero, tipo cartero.



Un vestido muy marinero. Está realizado en algodón rayado en blanco, rojo y azul. Se abotona en el escote con cuello "bote" y lleva hombreras. A los costados profundos tajos. Tiene mangas largas ajustadas con puño y botón.

Más informal es el conjunto de blazer y bermudas en poplin celeste. El saco es de corte masculino se lleva con top blanco fruncido. El cinturón y pañuelo rojos dandan un toque de color. Se lleva con zoquetes.

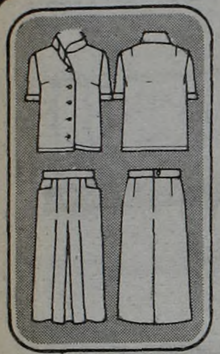








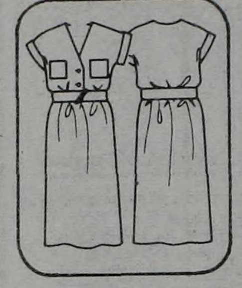
Blanco y Negro en un Ajedrez muy Veraniego

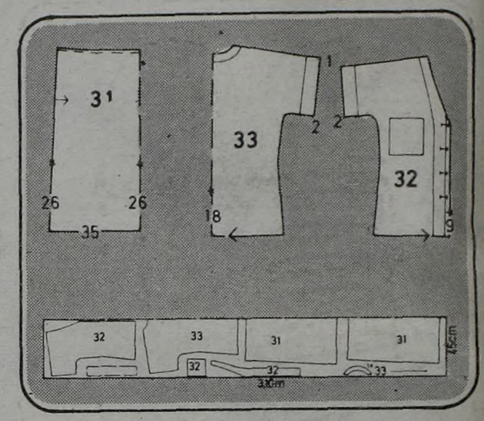






POLLERA Y BLUSA
Material para pollera: 2,40 m. de 0,90 de ancho o 1,60 m. de 1,40 de ancho. Material para blusa: 1,90 m. de 0,90 de ancho o 1,30 m. de 1,40 de ancho. Forro para pollera: 0,80 x 1,40 de ancho, cinta gros de 3,5 cm., un cierre de 22 cms., entretela para aplicar con plancha 0,30 x 90 cms. de ancho.
Instrucciones:
Cortar de acuerdo a las medidas. Cortar la cintura 84 cms. de largo, 2 cm. de los cuales son para encimar y 7 cm. de ancho (ancho terminado 3,5 cm. más agregado para costura). Al cortar la pollera de tela de 90 cms. de ancho, cortar la parte delantera de acuerdo al plano del molde. Copiar los bolsillos del canesú de la cadera y cortar dos veces. Cortar el forro sin las tablas. Pincharlas con alfileres en el molde de papel. El canesú de la cadera se coloca debajo del cuerpo de la pollera, de modo que se produzca una pequeña pinza.
Coser: Pollera. Colocar debajo de los bordes de los bolsillos entretela para planchar cortada en tiras. Pegar los bolsillos del lado derecho en forma de bolsa y dar vuelta. Hilvanar el canesú de la cadera y cerrar el bolsillo. Pespuntear todos los bordes. Hilvanar las tablas y pespuntear hasta encima de la línea horizontal (hasta aprox. 15 cms. encima del dobladillo). Planchar. Ahora pespuntear las costuras en forma muy angosta, cerrar costuras y pinzas, cuidando de dejar la apertura de atrás. Pegar el cierre. Cerrar las piezas del forro e hilvanar el mismo al borde superior de la pollera, doblar en la apertura trasera y dobladillar contra la cinta del cierre. Confeccionar la cintura, dobladillar y planchar las tablas.
Blusa: Pegar entretela con la plancha contra las vistas y el cuellito. Cerrar las costuras laterales, de hombros, pinzas y mangas, tomando algo los hombros posteriores. Doblar con la plancha las vistas e hilvanar en el escote. Cerrar las dos partes del cuellito y pegar del revés contra el escote. Fijar con la plancha el agregado de costura del cuello, doblar la parte externa del cuello y pespuntear.





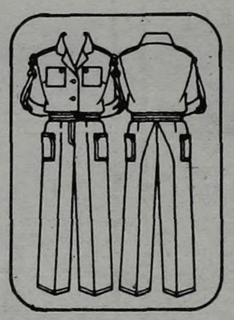
VESTIDO DE DOS PIEZAS - Busto 92 cms.
Material: 3,10 m. de 0,90 o 2,40 m. de 1,40 m. de ancho. Entretela para planchar, cierre de 20 cms., cinta gros de 3,5 cms. Largo de pollera 70 cms.
Instrucciones: Cortar a la medida, la cintura 76 cms. de largo, de los cuales 2 cms. van encimados, 7 cms. de ancho (ancho terminado 3,5 cms.) todo con agregado para costura.
Costura pollera: Cerrar las costuras laterales, cuidando la apertura. Pegar el cierre. Fruncir la parte superior y colocar la cintura.

Costura parte superior: Planchar entretela a las vistas. Dobladillar el borde superior de los bolsillos, doblar los restantes con la plancha y pespuntear los bolsillos sobre la blusa. Cerrar costuras laterales y de mangas. Unir las vistas y pespuntear sobre el lado derecho. Practicar un corte en el agregado para costura en los bordes. Dar vuelta la vista.

31: delantero y trasero de la pollera
32: parte trasera
33: espalda

Dobladillar y pegar los bordes de la vista al dobladillo. Doblar los bordes de las mangas, planchar y pegar de adentro. Pespuntear el doblez y doblar los puños 2,5 cms.

Blusa y Pantalón en Tonos Pastel

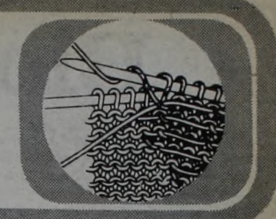




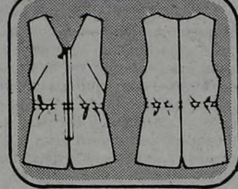
BLUSA Y PANTALON - Busto 92 cms., ancho del pantalón 98 cms.
Material: Para el pantalón tela 1,40 m. de 1,40 m. de ancho o 2,40 m. tela de 90 cms. de ancho. Para blusa 2,25 m. de 90 cms. de ancho o 1,50 m. de 140 cm. de ancho, 30 cm. de entretela para planchar de 90 cms. de ancho, 1 cierre de 18 cms. de largo, cinta gros de 3,5 cms. de ancho.
Confección: Cortar a la medida. La cintura 76 cms. de largo (2 cms. de ellos encimados, de 7 cms. de ancho), (ancho terminado 3,5 cms.). Cortar dos charreteras de 18,5 cms. de largo y 4 cms. de ancho (ancho terminado 2 cms.) para el hombro y dos para las mangas de 53 cms. de largo y 4 cms. de ancho (ancho terminado 2 cms.). Cortar todo agregando para costuras. Cortar los bolsillos 2 veces con 3 cms. de agregado para costuras, el cuello exterior igual que el inferior pero agregando un poco en los bordes externos. Copiar la vista de la delantera de la blusa.
Para el pantalón, estirar las partes traseras mientras aún están encimadas. Coser la pinza y planchar los dobleces delanteros de acuerdo al molde hacia adentro. Cerrar las costuras laterales. Ahora trabajar los bolsillos. Doblar adentro. Cerrar las costuras laterales. Ahora trabajar los bolsillos. Doblar los bordes superiores hacia adentro con la plancha y pespuntear muy angosto y ahora doblar los demás bordes con la plancha, planchando los dobleces de las tablas (línea x). Pespuntear los mismos en forma muy angosta. Aplicar los bolsillos con hilván y pespuntear primero los bordes laterales. Colocar

Para Niños muy Elegantes Ideas Super Prácticas





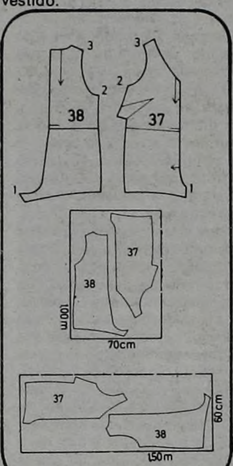




VESTIDO PARA PLAYA, para 6 a 8 años

Material: Tela a rayas de poliester 1,10 m. de 140 cms. de ancho o 1,90 de 0,90 de ancho. Trabajar el modelo solamente de tela estirable.

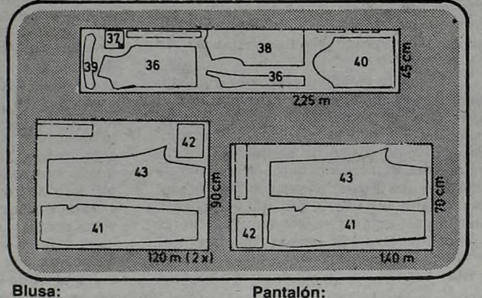
Instrucciones: Copiar los bolsillos y vistas del molde. Cortar las vistas una vez, los bolsillos 2 veces (con 3 cms. de agregado para doblar). Cuidar que las rayas de la tela se encuentren con las costuras laterales. Doblar los agregados en los bordes superiores de los bolsillos con la plancha, los demás bordes muy angostos y pegarlos. Planchar entretela a las vistas cortadas por separado y a las agregadas en los hombros. Pegar las vistas a las partes correspondientes del molde. Doblar ambos y pegar contra el escote. Dar vuelta las vistas. Practicar ojales en el lado delantero, como indicado. Hilvanar y pespuntear los bordes delanteros y posteriores del hombro y pespuntearlos, lo mismo que el escote. Cerrar las costuras debajo de la marca, doblar los bordes de las manguitas y pespuntear. Dobladillar el vestido.





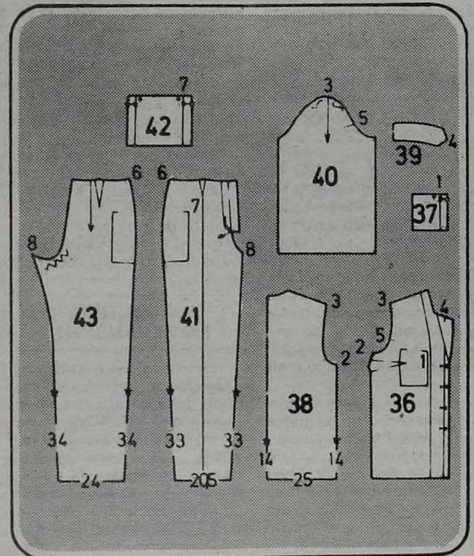
las tablas sobre (x) y pespuntear también los bordes inferiores, fijando de este modo las tablas. Arriba, según ilustración, pegar botones y fijar las tablas. Cerrar las costuras laterales y planchar los dobleces posteriores. Para ello colocar costura interior sobre costura interior de ambas piernas. Cerrar costura de entrepierna y trabajar la apertura para cierre y la cintura.

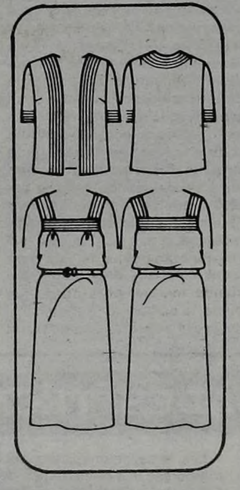
Para la blusa: Planchar entretela contra las vistas y el cuello inferior. Coser y planchar las pinzas. Trabajar los bolsillos igual que para el pantalón pero con una sola tabla hacia el medio. Pespuntear los bordes muy angosto. Pegar las vistas hasta la indicación 4 del molde. Cerrar los hombros y colocar las mangas. Planchar los agregados para costura en dirección hacia el escote y pespuntear las costuras muy angosto. Las charreteras de hombros y mangas se doblan y pespuntean. Colocar las charreteras del hombro sobre las costuras y colocar un gancho en las puntas. Doblar las puntas y colocar debajo del pasador. Pespuntear los pasadores. Cerrar las costuras de mangas y laterales en una sola costura. Dobladillar mangas y fijar la charreta de adentro. Pegar en las puntas de las mismas una argolla. Unir cuello inferior y superior y pegar el inferior en el escote del lado derecho. El superior pegar a la vista, doblar atrás y fijar a mano contra el inferior. Dobladillar la blusa y pegar las vistas abajo contra el dobladillo. Hacer ojales.



Blusa:
36: delantero
37: bolsillo
38: espalda
39: tirilla del cuello
40: manga

Pantalón:
41: parte delantera del pantalón
42: bolsillo
43: parte de atrás del pantalón





ENTERITO PARA PLAYA 2-3 AÑOS

Material: Tela de toalla strech 70 cm de 140 de ancho. Cinta de algodón 1,70m. de 2,5 cm de ancho.

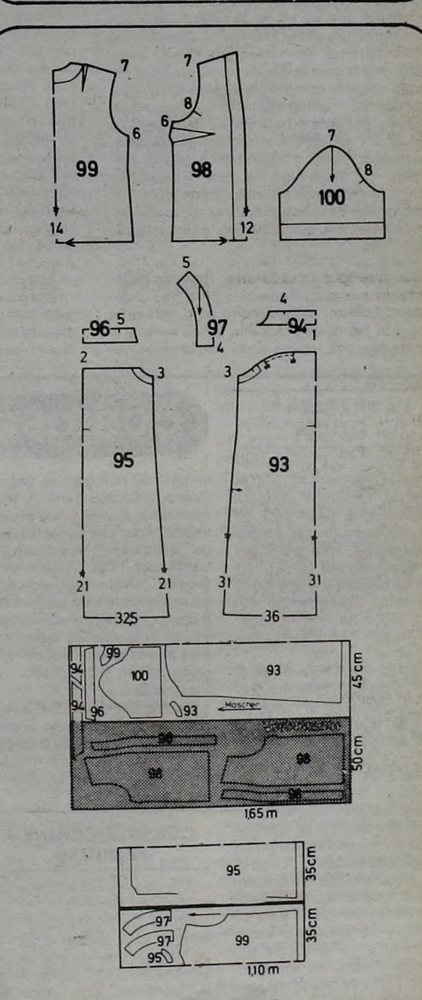
Al cortar cuidar que la tela a rayas concuerde en las costuras. En los bordes terminados con cinta no es necesario agregar para costuras.

Costura: Coser con puntadas elásticas o con puntadas zigzag angosto.

Planchar entretela a las vistas. Hilvanar éstas debajo de los tiradores.

Terminar los bordes con cinta de algodón, fijar broches de presión. Dobladillar los pantalones.

59: delantero
60: trasero



Biografía

Un Cuento de Carlos Martínez Moreno

(2ª Parte)

El cirujano —estas imágenes no las tomaba Julio, estaban patentes en la memoria de Elena— la había hecho pasar a la salita, la había hecho sentar mientras, él permanecía de pie; súbitamente su rostro se había enternecido (él también debería tener en las retinas las poses del Gentilhombre, pero ahora, venía de andar por su cerebro, de tenerlo en sus manos) y con una campechanía que apenas sonaba a simpatía, a compadecimiento o a consuelo, pero era el mejor tono posible para aquella escena imposible, no diagramada en el cuaderno de Julio, había dicho: "Compañera, el caso es muy fiero". Y luego le había contado lo poco que se había podido hacer y había agregado que habían extirpado algo pero que aquello era una enredadera que abrazaba la masa encefálica, y que no había nada más, salvo evitar el sufrimiento y tener coraje. Y el gentilhombre dormido en la salita de recuperación, cuarto piso, no podría ya ampararla, y tampoco era imaginable ampararlo a él, "pobre muchacho", dijo el cirujano, pobre muchacho por el que ese hombre proclamaba haber hecho todo lo humanamente factible.

Que todos supieran que Manfredo, a los cincuenta y tres años, estuviese desahuciado y él no lo supiera o no lo preguntara o no quisiera imaginárselo: Elena sentía el horror de tal situación. Que en el cuarto de al lado se cuchicheara de su muerte y él estuviera echando una mirada sin interés a los diarios, donde seguían apareciendo los inmortales gentilhombres en los parques, los inmortales gentilhombres maduros en las boites, los gentilhombres entusiastas en el Estadio, toda la larga y ritual representación de la vida, de los actos cotidianos, de las fruslerías placenteras o intensas o ensimismadas de la vida; y dejara caer el diario y lo sintiera resbalar de la colcha al suelo, empujado por un leve movimiento de las rodillas, tan luego en el momento en que alguien más, un visitante entre murmullos, un atolondrado compañero de oficina que ya no se atreviera a pensar Gentilhombre y dijese Manfredo, abandonara toda esperanza, se conformara con el veredicto, dejara caer la máscara de confianza en la vida e hiciera como si pensase en Manfredo al pensar conmiserativamente en sí mismo, si también él tenía alrededor de cincuenta y tres años. "Quien iba a decirlo, quién iba a decirlo tan joven" o "Quien iba a decirlo, tan bueno" o "tan amigo" o "tan fiel compañero", la inminencia de la muerte abre las compuertas de la estupidez y la estupidez se vende allí como gentilhombre, como angustia.

Y ahora estás en el Estadio, rodeado de la multitud que grita Peñarol o grita Nacional, rodeado de la muchedumbre pero más nítidos que los demás tú y ella, tú de remera y lentes oscuros —unos lentes oscuros de patillas como espátulas, no los débiles anticuados lentes oscuros que llevaste los últimos días de los rayos Roentgen— ella también de remera y enormes lentes de bobo que le toman el ancho de la cara y salen fuera de la línea del pañuelo que oprime su cabeza, y los demás borrosos, como fijos en un gesto de ansiedad por la suerte del partido que transcurre más abajo, a la vista de todos ellos pero fuera de cuadro, ¿de cuadro Peñarol, de cuadro Nacional?, de cuadro de Julio, Julio seguramente de espaldas al campo de juego, tomando el primer plano de tu rostro que casi mastica la punta del cigarrillo, un Gentilhombre enhiesto por la emoción, un Gentilhombre como una raya blanca hacia arriba, hacia el centro del rostro crispado en la jugada, a la espera del corner o en el salto de Spencer. Si se mira más cuidadosamente, los dos, tú y ella, parecen sobreaplicados a la multitud, estampados sobre la multitud más que elegidos entre ella, ¿fue un truco fotográfico o los sacaron realmente en el Estadio?., te olvidaste de preguntarlo, Elena, preferiste dirigir tus miradas a los anteojos redondos y enormes, a aquella refulgencia óptica donde se ven brillos oblongos que no repiten nucas ni trozos de pasto y de sol y sólo rebotan luz en alargados destellos: desconoces los ojos de esa mujer, no la identificas. Y es inverosímil que aquel cigarrillo terciado en tu boca, como un termómetro en la infancia pero sin el refunfuño y los pucheros de la boca infantil, Manfredo de ocho años con escarlatina (elijo este nombre por el sonido, largo sonido liso como Gentilhombre, pero es una peste de todos los niños, y además sé que tú la tuviste), es inverosímil que en la curvatura cilíndrica de aquel cigarrillo se lea todavía Gentilhombre, Julio es verdaderamente un astro, un astro al aire libre o en el laboratorio de montaje, la diferencia no se computa.

Julio tiene una cara angostita y una nariz enorme, un bigote casi a lo Chaplin o a lo Hitler en un rostro afilado, que fluye hacia adelante como la cara de un caballo o mejor de un potrillo vista en uno de esos anteojitos de visión en relieve y unos ojos muy negros debajo de unas cejas truculentas. Y Elena sabe ahora que siempre le ha tenido prevención, a pesar del pregonado cariño, porque lo que en él se ríe estruendosamente es la boca de dientes desparejos, la garganta que hace saltar una nuez gigantesca, como el péndulo mal soterrado de una nariz enorme; y ríe la boca y ríe la garganta y ríe la nuez pero no ríen los ojos, los ojos siguen siendo feroces debajo de las cejas, siguen fotografiando al interlocutor, siguen inconquistables. Por eso Julio no pudo pensar jamás en sí mismo y sí en Manfredo, tu cara tan buena, tu cara para consumidores esa cara que debe haber estado fotografiando mentalmente desde los días de la escuela, si es que ser fotógrafo es una vocación como la de escribir o mandar, si es que esa vocación puede traerse desde la niñez al resto de la vida. Y Manfredo se queja de que haya que envararse en trajes con demasiado apresto o distenderse falsamente en remeras demasiado chicas, y acaso desde los días de la escuela Julio haya vivido dictando las condiciones y Manfredo cumpliéndolas. Sólo que ahora Julio lo sabe moribundo y levanta la guardia y deja de imponerse, pero al dejar de imponerse, con su risa sólo de boca, deja al mismo tiempo de existir, de estar al lado del enfermo, de tomar aquella cabeza semirrapada y moribunda con la pinza de dos dedos como tomaba antes la cabeza de la cabellera poblada y el rostro de los bigotes tusados al centímetro y hoy tan flojos y desiguales y colgantes en la flaccidez de un rostro que se excava a sí mismo para morir, o bajando con sus guías por las comisuras del rictus y de la enfermedad y de las últimas palabras. Julio te ha abandonado, Julio debe estar corriendo con su Rolliflex detrás de algún otro rostro sano recordado de prisa, de otro rostro que habrá de empezar a manar cigarrillos y sonrisas, la historia de la publicidad es dura, no se puede parar un minuto, hay compromisos de urgencia, siempre urgencia, Julio pregunta por teléfono y la voz de "Vos tenés ese tipo delicado pero viril, que da tanto", dice ahora simplemente "Qué vas a hacerle, Elena, no tenés que reprocharte nada, nadie tiene que reprocharte nada", como si lo principal —ante la muerte de un ser querido— fuera no sentir remordimientos. ¿Y él no los tiene?

El moribundo sólo ha dejado radiografías de cráneo y el funcionario sólo ha dejado fotos de carnet de salud y de pase libre de Amdet y de cédula de identidad y de credencial cívica; fotos no sacadas por Julio, fotos sin gracia, duras, inamistosas, ajenas, fotos con encortinado detrás o fotos con tablilla numerada en la crisma. Fotos plastificadas, fotos ahogadas en torpes excesos de luz, por diafragmas demasiado abiertos, fotos muertas de inexpresión y de vulgaridad. Sólo quedan, para el recuerdo íntimo, las que Julio compuso, las que abocetó en sus cuadernitos, las que diagramó como escenas de teatro, las que trabajó con amor y sin fatiga, eterno perfeccionista. ¡Oh, tu naturalidad de gentleman, querido Manfredo!, piensa sin sarcasmo Elena.

Y hay por lo menos un rostro misterioso, Manfredo, el que tienes ahora en ese ángulo de restaurante, semienvuelto en la banda de humo del cigarrillo; es un rostro preocupado, no el plácido rostro de sobremesa de un burgués cualquiera, del burgués apócrifo de rotisserie que te mandan ser; no, nada de eso, es un rostro misterioso, que esta vez, por fin, piensa casi dolorosamente en algo. No. El humo envuelve tus rasgos, desdibuja el mentón fluye hacia la base de tu nariz y trepa hasta la mitad del caballete. Pero los ojos están intactos, mientras la mano acerca un encendedor (¿Dunhill, Ronson?, un trofeo quedó después entre tus manos, como sobrepaga de la mejor foto, un Ronson a gas, de llama regulable, que alzabas orgullosamente a arder con la uña del meñique) y va hacia el cigarrillo, hacia la trompita avanzada de la adolescente que quiere fumar contigo. ¿Por qué has empezado a fumar tú primero, querido Manfredo?, ¡eso no es muy de gentilhombre! Tu mano aproxima el encendedor pero aún no ha saltado la llama y tu gesto está en otro lado, tu rostro más allá de la chica y de su insuficiente compañía para el hombre maduro y cansado que en ese instante seguramente has sido, tu rostro no se deja aprisionar por las volutas del humo ni por un paisaje de conversación muerta y de tazas de café vacías y de servilletas estrujadas y manchadas y puestas a un lado. Aquella vez acaso comieron de verdad y ella te contó su tímida historia precoz de la semiprostitución de los canales, quizá sea la chica que pasa las novedades de Sudamtex o de Ildu. No se sabe si no ha sido una historia inventada previamente por Julio para hacértela contar por ella en medio del almuerzo, entre sus flashes y hacerte bajar a la cara ese cansancio compasivo de hombre maduro, eso que él quería. Y entonces has estado frente a esa chica (y esa chica, ¿no estuvo por un momento y trajo unas flores para poner al lado de tu cabeza en la almohada? ¿o fue una amiga de Elenita del liceo y todas las chiquilinas me parecen iguales?) has estado frente a esa chica como otras veces frente a mí, sólo que la taza de té es de porcelana Rosenthal y frágil y pequeña y llena de transparencia y no la gorda taza opaca de melamina en el café con leche de las siete para el horario de la mañana, has estado verdaderamente frente a ella como un hombre con todos sus gastados y transidos pensamientos de hombre y eso ha sido lo que Julio ha querido; hay un cenicero de Murano al que ninguno de los dos mira, pero en casa dejabas caer la ceniza del cigarrillo en el platillo de la taza y hay cicatrices de quemaduras en la melamina y ya no te lo reprocho como cuando lo hacías y te quejabas y te distraías de mis quejas domésticas y vivías; y tu cigarrillo de casa no era un Gentilhombre rubio sino un cigarrillo negro, preferiblemente Republicana y también cigarrillos armados por tí hacia fines de mes de los tiempos pobres. La chica frunce el hociquito pero acaba de contarte algo, ¿qué acaba de contarte?, y tú nada, tú te compadeces, porque tú no has sido tan sencillo y tan fácil y tu muerte fue tu única cosa complicada y difícil y tu gesto de esa foto del restaurante dice que Manfredo vivía para escuchar a los demás, para atender a los demás y ése solo, ése solo entre las muchas fotos ha sido, amor mío, el gesto que me cuenta, que contará a tus hijos, que dirá a todos tu verdadera biografía.

CURIOSIDADES TECNICAS Y CIENTIFICAS

LA FRAGATA "LA LUTINA"

Las búsquedas emprendidas con la finalidad de hallar el tesoro de "La Lutina", fragata británica que naufragó en 1799, no lejos de las costas neerlandesas, solo permitieron hasta ahora descubrir vigas de madera y fragmentos de toneles procedentes del navío, según ha hecho saber el mercado londinense de seguros, el "Lloyds".

El cargamento de oro con el que "La Lutina" zozobró costaría actualmente, al curso en Bolsa del metal precioso, más de 50 millones de dólares. Se comprende que, en estas condiciones, no se haya renunciado a proseguir las búsquedas, que solamente se han interrumpido al aproximarse el invierno boreal y, con él, las tempestades. "Lloyds" está directamente interesado, puesto que el navío, asegurado por la compañía para su último y catastrófico viaje, procuraría sustanciales ganancias a ésta, de ser recobrado (30% del valor del cargamento).

Financian la búsqueda una docena de hombres de negocios de distintos países, y técnicamente la realiza un grupo neozelandés de especialistas de salvamento marítimo, a bordo del "Yak", navío norteamericano especialmente equipado para este género de trabajos. El capitán Craig Harris, director de las operaciones, afirma que el mal tiempo reinante ha dificultado las maniobras.

La fragata se había encallado en un banco de arena, durante el curso de su trayecto entre Great Yarmouth (Inglaterra) y Hamburgo, en Alemania.

CONSTRUCCIONES FENICIAS

Arqueólogos españoles acaban de descubrir los cimientos de construcciones fenicias en la ciudad andaluza de Málaga, que fue uno de los establecimientos comerciales o "factorías" principales de aquel pueblo en la Península Ibérica.

Las excavaciones han permitido sacar a la luz capas de terreno que contienen grandes fragmentos de muros fenicios, piezas de cerámica policroma, de bronce y de cristal.

PARA LOS DUROS DE OIDO

Las personas duras de oído y —con más razón, los sordos— hablan alto, como se sabe muy bien. Eso ocurre, simplemente, porque no se oyen a ellos mismos. De eso resulta, en la vida de comunicación con los demás, una serie de inconvenientes, tanto para ellos como para sus interlocutores. Eso estimuló la idea a un "audiólogo" de Manchester quien, con el concurso de una asociación británica que reúne a los que oyen mal, imaginó un pequeño aparato, el cual advierte a su poseedor que habla muy fuerte.

Ese implemento transforma la voz humana en vibraciones que se transmiten a una pulsera que se lleva en la muñeca. Esa pulsera difunde un picoteo más o menos pronunciado, según que su poseedor hable muy fuerte o que, al contrario, lo haga en forma inaudible.

EL PASTOREO

Se sabe hoy que, con toda probabilidad, el pastoreo es más antiguo de lo que se creía y que, primero, se practicó en Africa Oriental. Esto es lo que ha afirmado en Boston el señor Charles Nelson, especialista de las sociedades pastorales nómadas. Basa su hipótesis en el hallazgo de gran cantidad de dientes y osamentas de animales domésticos de una antigüedad de 15.000 años, en Kenya.

Hasta ahora, se pensaba que la civilización pastoral había nacido en el Próximo Oriente hace unos 8.000 años, ya que esta región disponía de todos los elementos fundamentales (cultura, domesticación, utilización de vasijas e instrumentos). "Mas —como ha afirmado el profesor Nelson—, los nuevos descubrimientos permiten establecer que aquellos elementos propicios a la civilización de pastores, no nacieron en el Próximo Oriente, sino que fueron aportados allí gracias al comercio y a la emigración".

También en el este de Africa se han hallado los restos de "Lucía", una mujer prehistórica que debió vivir allí hace la friolera de tres millones de años. Estos restos humanos se consideran como los más antiguos del planeta.

UN CULTIVO EN EXPANSION

"El cultivo del hachís empezó en el Líbano en 1950 explica Jusey, pero desde la guerra civil (1975-76) se ha desarrollado vertiginosamente, pues al haber desaparecido prácticamente el Estado libanés, no hay el menor peligro en vulnerar una ley que nadie puede hacer respetar. Por eso las verdes plantas de hachís llegan hasta la carretera y el contrabando prospera en infinidad de pequeños puertos o simples ensenadas de la costa, al sur y al norte de Beirut.

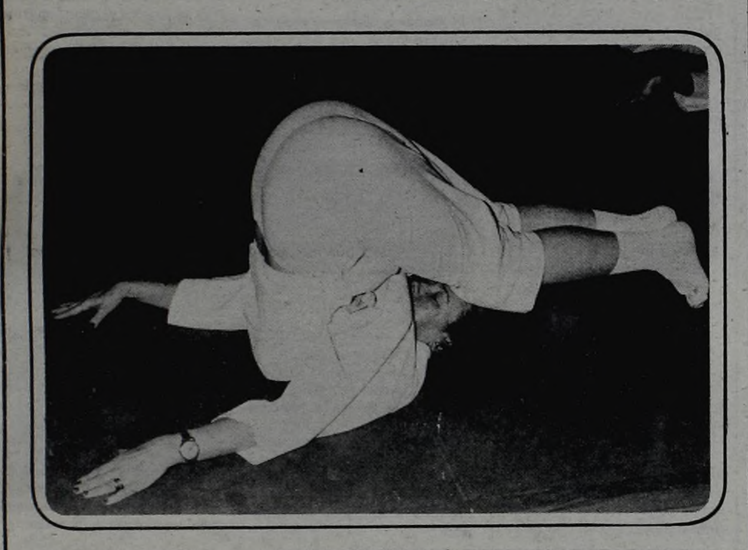
"El costo es casi nulo dice Jusey; un kilo de simiente (140 a 200 piastras, o medio dólar) y una hectárea de tierra, que necesita unos 30 dólares de abono, da de 500 a 750 Kg. de 'hierba' verde. En esas condiciones, se pueden vender por 120 ó 150 dólares. No necesita mano de obra y solo hay que regarla 6 veces por temporada.

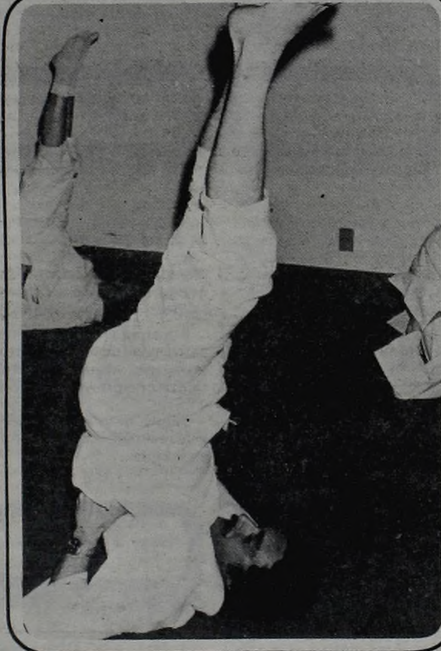
"No es para hacerse millonario —añade nuestro interlocutor— pero es una ganancia segura y sin riesgo".

Una vez cortada la "hierba" y vendida a un comerciante por un cultivador —a menos que él mismo quiera encargarse de prepararla—, se seca al sol y se la deja guardada un mes en un lugar seco, en espera de que llegue el frío. Entonces, se la sacude, reduciéndola a polvo, haciendo pasar éste luego por diversos tamices: del primero se obtiene el hachís de mejor clase (la zahra), que se vende a 3.000 dólares el kilo en el mercado norteamericano, y algo más de la mitad en Francia.

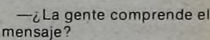
La Ascensión del Espíritu a Través del Yoga

Nacido hace más de mil años, el yoga es una disciplina oriental que permite hallar la armonía entre cuerpo, mente y espíritu y llegar así a un estado de paz interior. El maestro Miguel Genuth, conocido especialista en el tema, habla sobre la alimentación, los ejercicios físicos y el cambio de actitud mental, bases fundamentales de la práctica del yoga.









El maestro de yoga Miguel Genuth, ferviente cultor de la milenaria disciplina oriental.

Entre las costumbres y prácticas orientales que más se han afirmado en Occidente, el yoga ocupa un lugar preponderante. Según el maestro Miguel Genuth, conocido especialista en el tema, mediante el yoga **"pueden desarrollarse las cualidades internas del ser humano, para lograr despertar toda su potencialidad e insertarse de esa manera en la sociedad donde vive".**

Esta disciplina milenaria, que no se predica ni tiene bases religiosas, presenta la ventaja de poder ser ejercida por todas las personas, sin distinción de edad, sexo, creencias o ideas. **"En el mundo occidental actual** —explica al maestro— **el hombre vive sumido en la soledad y la neurosis. Le han enseñado a producir y consumir lo que se produce. Pero nadie se da cuenta que termina siendo consumido por la misma sociedad. Al no tener conocimientos esenciales acerca de la vida, se siente agredido por el mundo. Acumula tensiones, no solo físicas, sino también mentales y nerviosas".**

—¿Ese desequilibrio enferma?

—Por supuesto. Todas las tensiones son formas de defensa. Pero, ¿qué ocurre con el tiempo? El cuerpo se acalambra, se endurece. El riego hormonal, sanguíneo, nervioso, se altera. El individuo se deteriora. Y allí comienzan malestares como la constipación, la obesidad, la hipo o hipertensión, y otros problemas, como por ejemplo el asma y la fatiga.

—¿Puede el yoga solucionar estos problemas?

—Sí. Cuando un individuo llega a una situación de stress, de embotamiento, cuando pierde la memoria y se siente inquieto, recurre a algún elemento que calme su ansiedad. Puede ser la comida, las pastillas, el alcohol. Pero lo que no advierte es que no está atacando a la causa directa de su mal, sino solo al efecto, que es justamente ese estado de agotamiento total. Con el yoga, a través de conocimientos y de una técnica sicofísica que le da más vitalidad, el individuo puede aprender a respirar correctamente, a alimentarse con sobriedad, a ir formando una conciencia de su propio cuerpo. La mente va abandonando el estado de ansiedad y entra lentamente en un estrato más alto, de creación y paz interior.

—¿El yoga no limitaría de algún modo las descargas naturales del individuo?

—No, de ningún modo. El yoga no niega nada que sea natural. Lo único en que se insiste es en no ser esclavo del cuerpo, ni de la mente, ni de las tensiones. Lo que se busca es ser dueño de todo eso, poseer ese potencial y ejercitarlo a un nivel humano, no simplemente animal. Cuando eso ocurre, la paz está muy cerca.

VIVIR EN SOBRIEDAD

—¿El yoga busca formar a la persona en todos los sentidos?

—Sí. Importa tanto el cuerpo como la mente. Aunque para nosotros, el alma representa la verdadera esencia. No somos este cuerpo y esta mente. Nos valemos de ellos. La base de todo, como dije antes, es vivir en sobriedad. La alimentación es algo fundamental. Nosotros no comemos carnes, es una dieta de frutas y verduras verdes, fundamentalmente. También es importante la respiración. El occidental no respira, jadea. Y los yoguis decimos que cuanto mejor se respira, más se vive. No es difícil reenseñar a respirar. Hay varias técnicas. Y también ejercicios de otro tipo, que no se parecen a la gimnasia física. No es una ejercitación violenta. Al occidental le gusta castigar el cuerpo. Creen que cuanto más duele mejor es. Pero eso no es verdad. La relajación, el descanso, ayuda a liberarse.

—¿La gente comprende el mensaje?

—Muchos se acercan solo por una cuestión síquica. Pero en seguida comprenden que esto va más allá, que es un modo de vida total. Y cuando advierten que el yoga no es religión, que no pretende interferir en las creencias de nadie, comienzan a gustar de la actividad. Los cambios ocurren rápido. Porque no solo varía la parte externa, también hay una actitud mental diferente. Y junto con eso, las glándulas, que empiezan a funcionar mejor, la mente atrapada por los ejercicios y la respiración, que permite olvidar tensiones, hacen que el mismo cuerpo exija seguir practicando cosas positivas, saludables. Lo malo se rechaza naturalmente.

—¿Yoga es medicina?

—No. Para ejercer la medicina están los médicos. En todo caso, colabora con ellos. Tampoco es sicoanálisis, o religión. Es una disciplina milenaria, que nos ayuda a introducirnos más en nosotros mismos, a descubrir nuestra esencia, nuestro equilibrio interior. Puede ser practicada en la vida cotidiana, sin abandonar las obligaciones. Porque su objetivo último consiste en que cada hombre encuentre su paz y su armonía. Cuerpo, mente y espíritu a su servicio. No esclavo de ellos.

El profesor Genuth dicta clases a personas de ambos sexos, de cualquier edad, en su estudio particular, ubicado en Medrano 290, Capital.



G.N.

La escritura del sujeto nos revela deseos de lograr un buen grado de sociabilidad, pero ésta se ve perturbada por cierta tendencia inhibitoria, que lo hace disgregarse del medio y replegarse en sí mismo, guardando una actitud un tanto distante y poco influenciable por los demás.

Posee memoria y atención, con gran concentración de ideas.

Algo intransigente y rígida, es de réplicas airadas y de carácter un tanto irritable, que sabe refrenar a tiempo para no cometer imprudencias.

El autocontrol que ejerce sobre las manifestaciones de expansividad, domina la acción y la expresión, no permitiendo una buena canalización de la cuota normal de agresividad necesaria para la conservación del equilibrio interior. La irritabilidad exageradamente contenida acarrea disturbios del aparato digestivo, principalmente en la zona hepática.

Los deseos de superarse y de mejorar la actual situación son consecuencia de las aspiraciones previamente estructuradas donde la noble ambición juega importante papel.

R.E.T.

La muestra analizada nos revela a un sujeto con necesidad de expansión y compañía, pero la actitud de *prudencia* y *reserva*, no exenta de desconfianza, lo hacen persona difícil de comprender, y guarda exagerada distancia de los demás.

De inteligencia clara, veloz en los procesos intelectuales, posee síntesis de pensamiento, pero la preocupación por solucionar sus problemas y ver claro en sus decisiones le acarrea angustia, debiendo realizar gran esfuerzo para lograr concentración en sus tareas.

Lucha por dominar su exaltación, lo logra en parte, pero en lugar de mantenerse en una actitud de equilibrio interno, se deja ganar por el desaliento.

Es trabajador duro y fuerte, se sabe capaz y alberga gran esperanza en el porvenir, por sus dotes de realizador de lo planeado y por sus condiciones de mando, que ejerce con cierto humor y sin tratar de imponerse arbitrariamente.

Se muestra superficial, pero es íntimamente profundo.

****

Hay cierta tendencia a olvidar el pasado, como huyendo de experiencias no muy felices, y mira con inseguridad su futuro afectivo por la incertidumbre que éste le depara.

Excesivamente generoso con el dinero, casi hasta el despilfarro.

Posee buena vitalidad física, *aunque algo fatigado* cerebralmente.

S.A.

La muestra analizada nos revela a un sujeto de carácter abierto, que posee gracia, imaginación y sentimiento extrovertido. Es afectuosa, cordial y benevolente.

Tiene aptitudes para la poesía tanto como para la prosa, y habilidad para las cuestiones comerciales.

Es coqueta. gusta que la mimen y la halaguen y no *desea pasar* desapercibida.

Absolutamente deductiva, todos su procesos son fruto de la razón.

El sentimiento de autoestima, que es muy importante en la analizada, la hace aparecer algo altanera y despectiva para con los demás, sentimiento que ha desarrollado como medio de autodefensa involuntaria que compensa su timidez.

De maneras enfáticas, su dureza afecta a veces a los demás, pero también es inflexible consigo misma.

Entusiasta y eufórica, porque no quiere mostrar su fragilidad y delicadeza.

Terca y obstinada, quiere imponer sus propios puntos de vista.

El afán de protección hacia los demás, demuestra en el fondo la propia necesidad de ser protegida.

Problemas respiratorios. Tendencia a la hipotensión y anemia.



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

La entrada del planeta Marte a Sagitario, fenómeno que ocurre en esta semana, multiplicará los accidentes de tránsito, ya que aumenta la tensión y las distracciones. Por esa misma razón habrá que redoblar la atención respecto de las leyes de tránsito, señales, etcétera. Los signos más amenazados: Piscis, Géminis, Virgo y por supuesto el mismo Sagitario.

Los niños de Sagitario tendrán también varias caídas, lastimándose las rodillas, brazos, y la cabeza. Para evitar tales percances, papá y mamá deben vigilarlos un poco más, especialmente si se trata de niños de corta edad.

Venus en Virgo, (donde transita actualmente), aumenta la coquetería de las niñas. Las pequeñas virginianas, generalmente tímidas y retraídas, mostrarán mayor vivacidad. Conviene festejar un poco ese fenómeno, ayudándoles así a quitarse sus complejitos, comprándoles alguna prenda coqueta. Lo mismo rige para las virginianas no tan niñas.

Los librianos denotarán un gran cambio: su carácter amable y cortés cobrará un tinte saturnino: serán más austeros, a veces hasta la pedantería. No es para menos: Saturno ha entrado en Libra para permanecer allí largo tiempo, (dos años y tres meses), para fortalecer su voluntad. Si su esposo, amiga lectora, es de Libra y del primer decanato, téngale mayor paciencia que hasta ahora.

Las librianas se inclinarán hacia los galanes maduros... Si su hijita libriana un día llega a casa con eso de "me enamoré del profesor de matemáticas", hay que tomarlo con calma. A medida que Saturno vaya avanzando en Libra, ella irá olvidando su amor.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

El día 14: Luna en Sagitario. Junto con Marte amenaza con accidentes, pero también da fuerza de voluntad a los signos de Fuego.

* * *

Los días 15-16 Luna en Capricornio. Suscita disconformidad entre parientes, especialmente mujeres. Favorece a las de Virgo, Capricornio y Tauro.

Los días 17-18: Luna en Acuario. Días de gran vigor mental, rapidez. Favorece a los signos de Aire y de Fuego. Es excelente para comprar implementos, aparatos eléctricos.

* * *

Los días 19-20: Luna en Piscis, favoreciendo a los líquidos, contactos con agua, río y mar; días inspiradores para los que nacieron con signos de Agua.



Aries

Amor: es una semana un tanto complicada, usted quiere demostrar que tiene razón y no obstante se granjea la desaprobación de todos. Los días 15-16 son negativos.

Finanzas: una pequeña solución pero usted tiene sus dudas al respecto. Gastos en un aparato que tal vez debería ser reemplazado.

Salud: fatiga, tensión nerviosa, jaquecas, descanse más.



Amor: momentos de gran seguridad y de una posible decisión, usted ya sabe lo que siente. Los días 15-16 son los mejores para no equivocarse. Una persona de edad y una amiga, apoyándola.

Finanzas: semana muy favorable para una iniciativa laboral, inversión, pero a la vez un bloqueo en un asunto legal.

Salud: gran mejora, si cuida su régimen, tratamiento.



Amor: dos días de gran alegría y lucidez: 17-18, un encuentro, una persona que retorna después de un largo alejamiento.

Finanzas: el día 14 le tiende una trampa en cuanto a comprar algo para la casa: aparato del hogar, o cualquier *máquina. Los días 19-20 también* traen gastos inútiles.

Salud: molestias intestinales, flojedad, disturbios visuales.



Amor: espere hasta el día 19 con cualquier proyecto en ese campo. Es muy posible que los días anteriores le aporten un pequeño disgusto, ocasionado por una persona mayor.

Finanzas: etapa excelente, ideal para trámites, arreglos, pequeñas inversiones. Si usted regentea un negocio, gran mejora.

Salud: le conviene una dieta muy ligera.



Amor: el mejor día es el 14, le conviene aprovecharlo si se trata de un reencuentro o de una iniciativa. Notas discordantes en la pareja en los días 17-18.

Finanzas: una pequeña "impasse" en un proyecto suyo por falta de colaboración o de fondos. Un trámite se bloquea o necesita ser repetido.

Salud: buena, procure no abusar de los salados.



Amor: pequeños tropiezos *en el día 14 y en los 19-20*, pero usted los va sorteando con felicidad. Una amiga o pariente le brindará su ayuda para tender un puente entre usted y él.

Finanzas: semana muy favorable, algo se resuelve por fin. Los días 15-16 son ideales para una compra importante.

Salud: gran mejora, embellecimiento, rejuvenecimiento.



Amor: recuerdos amargos en los días 15-16; alegría de vivir en los 17-18. Su famosa balanza oscilará mucho en esta semana, llegando a un equilibrio en el día 20.

Finanzas: un gasto-antojo, un reproche por el mismo, pero a usted le encanta verse bien vestida y arreglada. Un trámite terminado.

Salud: mejora, pero conviene salir al aire libre.



Amor: los días 19-20 le traen paz, claridad y comprensión. La clave es el diálogo, eso de expresar lo que usted siente, aunque tenga que decir cosas no del todo halagadoras.

Finanzas: muy buenas, usted tiene a Mercurio como acelerador y ayudante en todo tipo de compra-venta-negocio.

Salud: gran mejora, usted está recuperándose y su ánimo se levanta.



Amor: el día 14 es muy favorable, usted está en condiciones de tomar una decisión. Procure no caer en la agresividad, por más razón que tuviese para reprochar o enojarse.

Finanzas: semana interesante, favorable para cobranzas, iniciativas y también para la compra de *cualquier aparato*.

Salud: tendencias inflamatorias, dentales, visuales.



Amor: los días 15-16 son los mejores, aunque usted tal vez razone demasiado, dejando en segundo plano los sentimientos. Posible definición de un noviazgo.

Finanzas: excelentes, una buena compra, nuevos horizontes en el trabajo, preparativos para un cambio ya anteriormente decidido.

Salud: recuperación, pero conviene vigilar riñones y vista.



Amor: los días 17-18 ofrecen una preciosa oportunidad de un reencuentro, o para iniciar una nueva relación. Semana muy favorable para las uniones en general.

Finanzas: problemas con un trámite, traslado o viaje planeado, aparecen múltiples obstáculos. Adquisición interesante para su cultura.

Salud: molestias respiratorias, irritación de garganta.



Amor: los días 19-20 le brindan momentos de felicidad, un reencuentro, una reunión, donde usted recupera una amistad o relación.

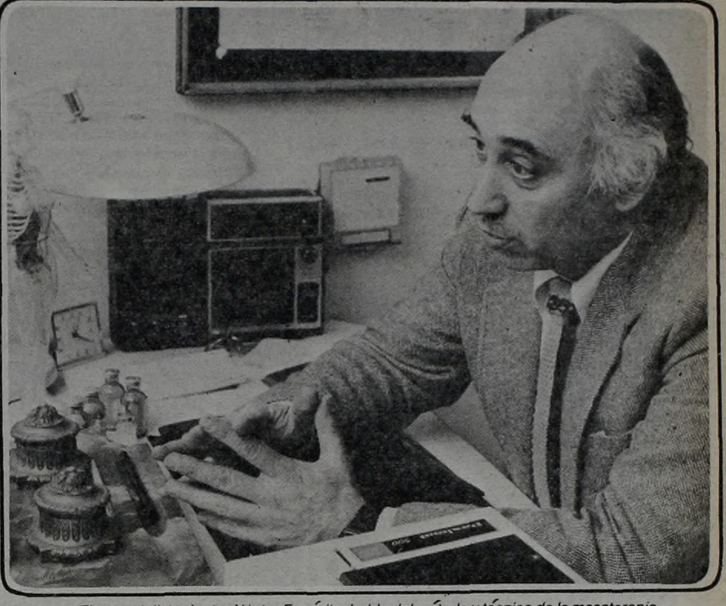
Finanzas: las "pequeñas" andan bien y las "grandes" también asoman en su horizonte como favorables. Cuídese de las compras femeninas; Venus está en su contra.

Salud: molestias intestinales por abuso de dulces o bebidas.

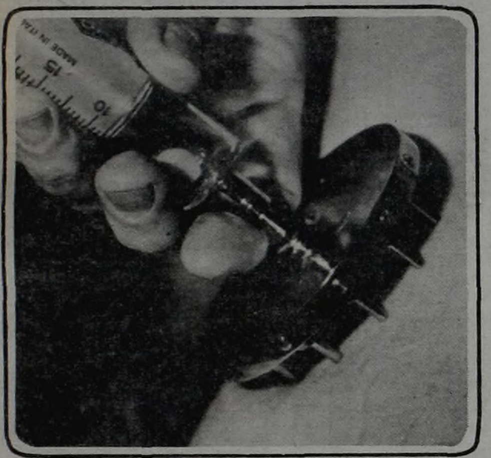
Mesoterapia, una Técnica Para Combatir Celulitis Localizada



La mesoterapia constituye un novedoso método para combatir la celulitis. Mediante una jeringa multi-inyectora —que puede tener 7 ó 18 agujas— se incorporan distintos líquidos medicamentosos en la zona atacada, con efectos espectaculares. Dos o tres sesiones pueden lograr hacer desaparecer la desagradable celulitis localizada. El doctor Espósito, especialista en el tema, habla sobre el tratamiento. Resultados, riesgos y ventajas del mismo.



El especialista, doctor Néstor Espósito, habla del método y técnica de la mesoterapia.



La jeringa se posa en la zona celulítica.

La mesoterapia es uno de los métodos que permite atacar y combatir la celulitis. Creada hace 8 años por un profesor italiano —Guido Donati— también se utiliza en nuestro país, con resultados positivos.

Para conversar sobre este tema, Revista de la Mujer entrevistó al doctor Néstor Espósito, especialista en todo lo que se refiere a celulitis, su tratamiento y erradicación.

"La mesoterapia —explicó el facultativo— **consiste en aplicar en una zona determinada, y a través de una jeringa especial, distintos tipos de líquidos medicamentosos, que consiguen hacer desaparecer la celulitis de ese lugar".**

—¿Por qué se llama de ese modo?

—El nombre de mesoterapia está muy relacionado con la naturaleza de la misma enfermedad, es decir, la celulitis. El cuerpo humano posee dos tipos de esqueletos: el óseo y el elástico. Este último también se llama mesénquima. Y es justamente ese tejido el que se ve afectado cuando aparece el mal. Por eso el método es la "terapia del mesénquima", o la mesoterapia.

—¿Cómo se aplica?

—Para este método, el profesional se vale de una jeringa especial, llamada "multi-inyectora". Se denomina así porque no posee solo una aguja, como las jeringas corrientes, sino más. Hay de dos tipos, una tiene 7 agujas, y la otra, 18. Son elementos muy finos, del grueso de un capilar. Además, en la jeringa se vierten medicamentos, que servirán para ser inyectados en la zona a tratar.

—¿Cómo se encara el tratamiento?

—En primer lugar, hay que hacer un exhaustivo análisis de la paciente. Solo un minucioso estudio clínico podrá determinar sus características y necesidades. Mi idea es que no existe la celulitis como tal, sino la mujer con celulitis. Hay muchas diferencias de un caso a otro, y cada persona necesita un método en particular. Por eso, luego de las pruebas se podrá determinar qué medicamentos deberán aplicársele, y qué resultados tendrá la terapia.

—¿Cuál es el paso siguiente?

—Se hará la mezcla de medicamentos, que pueden ser de muchos tipos: desde antiinflamatorios hasta sustancias modificadoras de la circulación local. Eso se inyectará en la zona elegida que puede ser cualquiera de ellas donde exista celulitis. La operación no es dolorosa.

—¿Toda mujer puede realizar mesoterapia?

—No. Vuelvo a repetir mi idea, fruto de largos años de estudio en el tema. Cada mujer es distinta de otra. La mesoterapia es solo uno de los tantos métodos que la ciencia posee para combatir la celulitis. La elección de la terapia obedece al "ojo clínico" del médico. Uno sabe a quién la mesoterapia puede darle buenos resultados y a quién no.

RESULTADOS Y CONSECUENCIAS

El doctor Espósito no solo se preocupa por las consecuencias estéticas que causa la celulitis. Su trayectoria en la especialidad —ha sido médico de Sala de la Cátedra de Clínica Médica del Policlínico de Avellaneda y jefe del Centro de Celulitis del Hospital J. Méndez— lo ha llevado a poder determinar claramente cuáles son las ventajas y los riesgos de cada tratamiento. Al respecto, dice de la mesoterapia: **"Como ya mencioné, este método no es para todo el mundo. Si un error lleva al facultativo a escoger mal la opción, la mesoterapia puede producir cambios favorables durante el primer tiempo, pero luego de unos meses, ocasionar daños como poceado de la zona tratada y flaccidez, que son incurables".**

—¿Qué porcentaje de pacientes son susceptibles de ser tratadas de este modo?

—Puede afirmarse que solo un 20% de ellas pueden obtener excelentes resultados gracias a la mesoterapia. El resto, queda a criterio médico.

—¿Cuáles son esos buenos resultados?

—La intensidad de la acción sobre la zona afectada, hace que se mejore el cuadro muy rápido. Ya en dos o tres sesiones, pueden notarse evoluciones favorables. Además, como se realiza con agujas, tiene un efecto similar al de la acupuntura, es decir, también pueden mejorarse zonas cercanas por vía refleja. Las aplicaciones se centralizan en un sector determinado, y por ende se extiende hacia otros.

—Doctor, ¿la mesoterapia garantiza la total erradicación de la celulitis?

—No. No debe olvidarse que es un tratamiento local, es decir, una suerte de paliativo para el problema, **que no ataca las causas de fondo, sino solo el síntoma, que es esa zona afectada de celulitis. Al no corregir las causas, el problema puede volver a aparecer, en mayor o menor tiempo, según el paciente.**

—¿Está indicado para cuadros de celulitis avanzada?

***—Sirve para cualquier tipo* de celulitis. No interesa si es avanzada o incipiente. Lo que sí debe quedar claro es que no sirve para todas las mujeres.**

—¿Deja marcas, produce reacciones alérgicas?

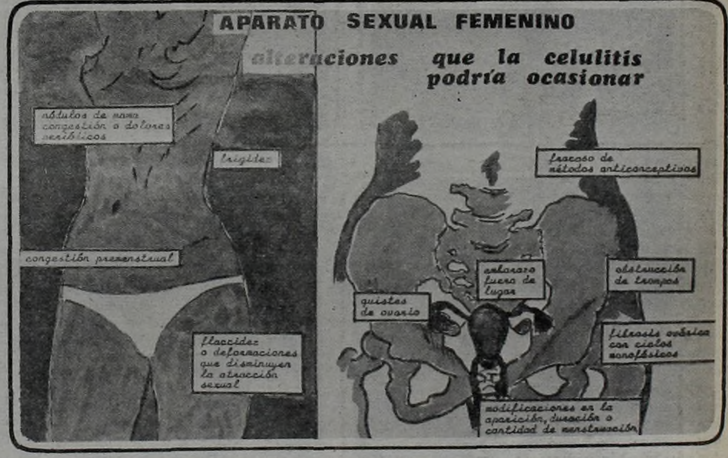
—De ningún tipo. Ni deja marcas ni produce efectos colaterales serios. Lo que puede aparecer, de vez en cuando, es un poco de inflamación en la zona donde se efectuó la aplicación, pero eso se va al poco tiempo.

—¿Es importante acompañar el método de una dieta, o de gimnasia?

—La dieta, a mi juicio, es innecesaria. La celulitis no es un problema de comida. Es un trastorno que afecta al sistema sicológico, metabólico, endócrino y hormonal. A mucha gente le gusta llevarse una dieta luego de la visitá al médico. Yo no suelo aconsejarlo. Pero insisto sobre la gimnasia y la actividad física en general. Eso sí es positivo y da frutos. Si se combina una aplicación de mesoterapia semanal *—esa es la frecuencia más común de las sesiones—* con clases de gimnasia, la mejoría puede aun ser más rápida y duradera.

La mesoterapia, o terapia del mesénquima, es muy utilizada en Francia e Italia. También allí es un buen aliado de médicos y pacientes, empeñados en la lucha contra una terrible enemiga: la celulitis.

Esta nota fue asesorada por el doctor Néstor Espósito, Lavalle 1737. 4º piso. Segundo cuerpo. Depto. "F". Centro de informes telefónicos: 253-1275.



Los Métodos y Recursos más Utilizados

La indicación medicamentosa y el tratamiento a seguir son únicos e individuales para cada mujer. De un chequeo previo a cargo del especialista y su posterior diagnóstico dependen los pasos a seguir entre los que se cuentan los siguientes métodos:

Medicación Alopática: **Se utiliza en muchos casos, aunque no en todos. Para que el enfermo se beneficie con la misma es necesario apreciar su caso particular. Esta terapia es eficaz por su absoluta falta de toxicidad y la ausencia de trastornos crónicos.**

Lisadoterapia o Fitoterapia: **La absorción de bioestimulinas permite una rápida recuperación tisular.**

Naturismo: **Hay millones de adeptos en el mundo a la dinámica de este tratamiento al que se le incorporan los nuevos descubrimientos científicos.**

Dietología: **Se corregirá el apetito desmedido sin utilizar anfetaminas o sedantes ya que estas sustancias no están indicadas en las celulitis por llevar su propia carga de intoxicación.**

Acupuntura: **Consiste en el estímulo electrónico (sin pinchazos) de puntos por los que circula la energía vital. Contribuye a normalizar el funcionamiento de ciertos sectores.**



De arriba hacia abajo: Cartera blanca con un ribete rosado. Izq.: En linea rectangular y color rosa. Der.: De forma ovalada con un broche dorado. Dos carteras superpuestas que terminan en cierres.



Cartera beige terminada en un triángulo, con pespuntes y manija larga. A la izquierda, el mismo modelo en tono gris de cuero. Cartera muy chica en color beige con pespuntes y una aplicación de hojas en el borde.



Tres carteras en celeste y blanco. La primera con tapa pespunteada formando rombos. A la derecha, una de cuero hexagonal, blanca con ribetes celestes. Azul con tapa en pico y vivo blanco



Blanco y negro será la combinación favorita de este verano, también en accesorios. La cartera blanca tiene tapa en pico y ribete negro. La otra es bolso con ribete y manija en blanco.

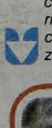






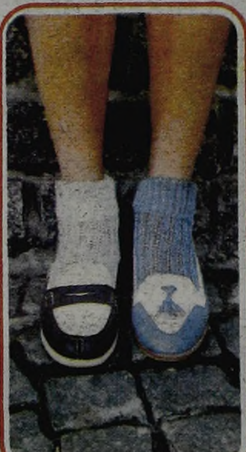
Cartera tipo "Bolsito" rodeada integramente por largos flecos. La cartera blanca estilo "texana" con detalles rojos. Cartera azul con blanco y otra —en blanco— rectangular.

La "onda" de este verano son los zoquetes. Aquí vemos unos de nylon, blancos, con zapatos tipo "balerina" de taco muy bajo. Son de charol, azules, y tienen pintitas blancas.



Un estilo bien deportivo en zapatos, colorados, metalizados, con cordones y ribetes en blanco. Para la "balerina" clásica se eligió el beige. Un zapato para atuendos muy románticos.





El mocasín se usará mucho este año. En la foto vemos dos variantes. En azul y blanco muy sport, sin nada de taco, con zoquetes de hilo blanco. El celeste se adapta a ropa más elegante. Es de cuero combinado con blanco y lleva como detalle un pompón en el frente. Tiene taco bajo.

De arriba hacia abajo: Cinturón blanco combinado con rafia en celeste. Otro en blanco con detalle azul de cuero en el centro. Celeste con agujeritos y el último en plástico color amarillo claro.

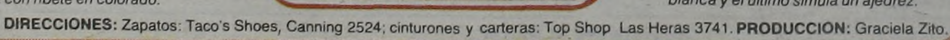


El estilo texano en el primer cinturón de cuero colorado, con gran hebilla repujada. El segundo es de rafia trenzada y el tercero de loneta blanca con ribete en colorado.





Blanco y negro en cinco cinturones. El primero es de cuero blanco con soga. Cuero blanco muy ancho prendido atrás. El tercero es negro con ribete de lona blanca y el último simula un ajedrez.



DIRECCIONES: Zapatos: Taco's Shoes, Canning 2524; cinturones y carteras: Top Shop Las Heras 3741. **PRODUCCION:** Graciela Zito.

